

夜間・休日に急病になったときは

科目	内科・外科・小児科		外科	耳鼻科・眼科 産婦人科
医療機関	三島メディカルセンター (南本町4・31)	沼津夜間救急医療センター (日の出町1・15)	三島消防署※当番医を紹介	
平日	午後6時～10時	午後8時30分～翌日午前7時	午後10時～翌日午前9時	
土曜日	午後2時～9時	午後6時～翌日午前7時	午後9時～翌日午前9時	
日曜日・祝日	午前9時～午後9時			午前8時～午後5時
連絡先	☎972・0711	☎926・8699	☎972・5800※問合せのみ	
備考	119番での問合せはご遠慮ください。 受診時は、保険証を持参してください。			

休日の歯科診療		
1月1日(月)	中郷歯科医院(長伏)	☎977・5551
1月2日(火)	渡辺歯科クリニック(萩)	☎980・6655
1月3日(水)	わたなべ歯科(梅名)	☎984・1900
1月7日(日)	友デンタルクリニック(寿町)	☎955・9022
1月8日(月・祝)	池田歯科診療所(長泉町下土狩)	☎975・2719
1月14日(日)	歯科シズオカクリニック(泉町)	☎973・0118
1月21日(日)	遠藤歯科医院(佐野)	☎992・1139
1月28日(日)	小野歯科医院(加屋町)	☎972・8234
2月4日(日)	かげしま歯科(谷田)	☎971・2881

夜間・休日相談先

- ・静岡県内の当番医情報 ☎0800・222・1199
- ・子どもの救急電話相談：☎# 8000、☎054・247・9910
：午後6時～翌朝8時
- ・精神科救急情報 ☎054・253・9905：24時間対応
- ・救急テレホンサービス ☎983・0116
- ・三島メディカルセンター ☎972・0711：音声ガイダンス

歯科診療時間 午前9時～午後4時
 ※詳細は市ホームページの「歯科休日診療当番表」をご覧ください。

ほけんの相談・健診・講習

事業	日	時間	対象・内容	会場
乳幼児健康相談会	1月24日(水)	受付午前9時30分～10時30分	身体計測・育児・発達相談など	北上文化プラザ
	1月16日(火)	受付午前9時30分～10時15分		
前期離乳食講習会	1月17日(水)	午前10時15分～正午 ※要予約、受付午前10時から	満4～5カ月児	保健センター
後期離乳食講習会	1月10日(水)	午前9時15分～正午 ※要予約、受付午前10時から	満8～9カ月児	
3カ月児健康教室	2月1日(木)	対象者には通知※詳細は通知参照	満3カ月児	
1歳6カ月児健康診査	2月6日(火)		満1歳6カ月児	
2歳児健康相談会	1月19日(金)		満2歳児	
3歳児健康診査	1月18日(木)		満3歳児	
2歳6カ月児・3歳6カ月児フッ化物塗布	1月19日(金)	対象者には各健診で案内	満2歳6カ月児・満3歳6カ月児	
総合健康相談会	1月16日(火)	受付午前9時30分～11時30分	血圧・体脂肪・骨密度測定・健康相談	
栄養個別相談会	毎週月曜日	午前9時15分～正午 ※要予約 ☎973・3700	大人の食、生活習慣病予防相談	
酒害相談	2月6日(火)	午前10時～正午※要予約 ☎973・3700(緊急時、日程調整可)	相談	
精神保健福祉総合相談	毎週月曜日	午後1時～4時※要予約 ☎920・2087	医師による心の病気などの相談	
こころの電話相談	祝日を除く月曜～金曜日、午前8時30分～午後5時 ※専用電話 ☎922・5562		相談	東部健康福祉センター
エイズ検査・梅毒検査 B型・C型肝炎検査	検査により曜日・時間の指定あり ※要予約 ☎920・2109		各種採血検査	

申込時の【基本事項】 メール・はがき・FAXなどの場合、必ず①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員の氏名（ふりがな）・年齢・学年⑤保護者氏名⑥返信用あて名（往復はがきの場合）

◎市民体育館
☎ 987・7570、FAX 987・2909
◎市民温水プール
☎ 980・5757、FAX 980・5775
◎スポーツ推進課
☎ 987・7571、FAX 987・8550
☎ 411・0033 文教町2・10・57
⑤指定管理者ホームページ
http://www.sports-info.jp/

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

1月の休館日

■市民体育館（体育施設全般）
▼終日…1日（月・祝）、15日（月）
▼夜間…2日（火）、3日（水）
■市民温水プール
▼終日…1日（月・祝）2日（火）、15日（月）▼午前…7日（日）
▼夜間…3日（水）、8日（月・祝）

1月の利用者向け情報

グラウンド抽選会（3月分）
1月31日（水）（会場：市民体育館）
▼南二日町多目的…午前9時
▼北上…午前9時30分
▼長伏A（日中）、長伏B・C、錦田（日中）…午後6時30分
▼ナイター18施設…午後7時

お知らせ

▼南二日町人工芝…午後7時30分
トレーニングルーム利用者講習会
時▼午前10時…10日（水）、17日（水）、24日（水）▼午後3時…6日（土）、13日（土）、27日（土）▼午後7時…7日（日）、18日（水）、25日（水）、28日（日）
※当日受付、予約不要
費大人1000円、高校生50円
※午後7時から大人2000円、高校生1000円、中学生以下は利用不可
◎市民体育館

お年玉イベント

時1月3日（水）
場市民温水プール
内くじを引いて当たりが出たらプール1回無料券プレゼント
費入場料のみ…大人3000円
子ども・減免対象者2000円
対プール入場者全員
◎市民温水プール

体幹トレーニング教室

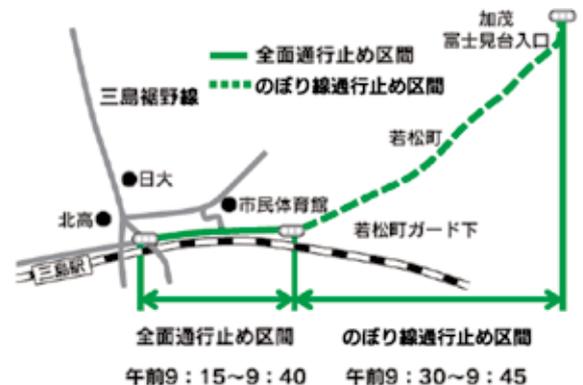
時全6回（木曜日）1月11日、25日、2月8日、22日、3月8日、22日午後6時～7時30分
◎市民体育館2階多目的室

Pick Up!!

三島成人式駅伝開催に伴う交通規制

大会当日、以下の通り交通規制が行われます。ご理解とご協力をお願いします。

時1月7日（日）午前9時15分～9時45分



※走行コース：「市民体育館」→「沢地小学校」→「北上文化プラザ」→「J A三島函南佐野支店」→「北上小学校」→「市民体育館」

◎スポーツ推進課

内体幹トレーニングを中心とした全身運動と柔軟

費1回800円
対中学生～80歳
定各回30人※応募多数時抽選
持中履き、タオル、飲み物、ヨガマット（貸出あり）
申各回の2日前までに直接または電話で市民体育館窓口
◎市民体育館

親子で宝探しゲーム

時2月10日（土）・11日（日）午前10時50分、午後2時50分（1日2回）
場市民温水プール
内プールに潜って宝物を探そう
費入場料のみ…大人3000円、

子ども・減免対象者2000円

対オムツの取れている3歳～小学2年生とその保護者
定先着35組
申当日、市民温水プール受付
◎市民温水プール
レスリング無料体験教室
時1月28日（日）午後2時～3時30分
※午後1時30分受付開始
場沼津城北高等学校格技場
内レスリングの基本動作を体験
対3歳～中学生
持室内履き、タオル
申・沼津レスリングクラブ・田中

090・7311・7148