

【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



【電子申請はこちらから】

QRと記載の記事は、このQRコードからオンライン申込みできます。

詳しくは、市ホームページ(<https://www.city.mishima.shizuoka.jp/shinsei.html>)

ふじのくにスポーツ食育セミナー

成長期のアスリートに大切な「食べ方」を知り、食を味方にして強くて元気な心とカラダを作りませんか。

時 1月17日(水)午後7時～8時30分
場 市民体育館2階 大会議室
講 中野ヤスコさん(株式会社食の学び舎ぐるみ代表取締役)

定 先着60人

申 令和5年12月25日(月)～1月12日(金)に電子申請QR

※1組申込みにつき4人まで

問 みしまジュニアスポーツアカデミー事務局（スポーツ推進課内）

第2回三島市ポッチャ交流大会

時 3月10日(日)

午前9時～午後0時30分

午後1時30分～5時

場 市民体育館 競技場

費 1人500円

※申込期間内に支払い（抽選で落選した場合のみ返金）

対 市内在住・在学・在勤の人または市内所属のチームおよび団体

定 午前の部、午後の部各30チーム（1チーム3～4人）

※応募多数時抽選

※参加チームが少ない場合、午前の部のみ開催の可能性あり

申 1月4日(木)～2月4日(日)までに電子申請QR、または市民体育館備え付けの申込用紙

(市ホームページからダウンロード可)を直接、郵送、FAXまたはメールでスポーツ推進課

進課

第43回すいすいしま記録会&ジャストタイムイベント

時 1月28日(日)

午後0時20分～1時30分

※午前9時30分から入場可

場 市民温水プール

内 4種目…25m、50m、100m、200m

個人メドレー…100m、200m

※1人2種目まで

日 ジャストタイムイベント

当日発表する秒数を目指して25mを泳ぎます。一番近いタイムを出した人に景品を用意。

費 入場料のみ（大人300円、子ども・減免対象者200円）

対 記録会に参加した人

申 1月27日(土)までに、氏名、年齢、参加種目を直接または電話で市民温水プール

長伏スケートリンク体験イベント

長伏スケートリンクでフィギュアスケート指導員が教える体験イベントを実施します。

時 1月6日(土)、7日(日)、8日(月)、祝、13日(土)、14日(日)、20日(土)、21日(日)、27日(日)

各午前9時～10時30分

※雨天中止

場 長伏スケートリンク

費 子ども(小・中学生)500円、大人(高校生以上)800円

※スケート靴・ヘルメット・肘当て・膝当ては無料貸出し

定 各回20人

持 手袋、靴下

申 電話またはFAXでNPO法人三島市スポーツ協会

☎ 977・3800 (午前9時30分～午後4時)

☎ 960・6111 (平日午前9時30分～午後4時)

FAX 960・9780

※長伏スケートリンクは令和6年3月31日をもって終了します。

問 スポーツ推進課

市民温水プールの市民優待券をご利用ください

▼三島市民の皆さんが利用できます。切り離してご利用ください。※コピー不可(詳細は25ページ)

<p>転売不可</p> <p>三島市民温水プール 市民優待券</p> <p>見本</p> <p>※住所確認をさせていただく場合があります</p> <p>2024年2月29日まで有効</p>			
--	--	--	--

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	休日の歯科診療	
担当 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		1月1日(月・祝)	すぎやま歯科クリニック (大場) ☎982・0418
連絡先	☎972・0711	☎926・8699	☎972・5800※問合せのみ		1月2日(火)	杉山歯科医院(八反畑) ☎971・3230
平日夜間	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		1月3日(水)	鈴木歯科クリニック (徳倉) ☎987・5798
土曜日	午後2時～9時				1月7日(日)	鈴木歯科医院(中央町) ☎975・0023
日曜日・休日 12月29日～ 1月3日	午前9時～ 午後9時	午後6時～ 翌日午前7時	午後9時～ 翌日午前9時	午前8時～ 午後5時	1月8日(月・祝)	鈴木歯科医院(御園) ☎977・6678
備考	119番での問合せはご遠慮ください。 番号をよく確かめておかけください。 受診時は、保険証を持参してください。				1月14日(日)	広小路だいとう歯科 (広小路町) ☎975・0214
夜間・休日相談先					1月21日(日)	高木歯科医院(長伏) ☎977・8880
<ul style="list-style-type: none"> ・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 (24時間対応) ・精神科救急情報 ☎ 054・253・9905 (24時間対応) ・救急協力医テレホンサービス ☎ 983・0116 ・三島メディカルセンター ☎ 972・0711 (音声ガイダンス) 					1月28日(日)	三島中央町たきの歯科 (中央町) ☎957・1718

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



◀詳細は
こちら

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16日(火)	予約制(市ホームページまたは 右記QRコードから電子申請) ※人数制限あり	身体計測・育児・発達相談など	保健センター
前期離乳食講習会	1月10日(水) 2月7日(水)	午前10時～11時30分 (受付:午前9時45分から) ※要予約(市ホームページ から電子申請)	満4～5カ月児	
後期離乳食講習会	1月23日(火)		満8～9カ月児	
1歳6カ月児健康診査	1月9日(火) 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)	・対象者には通知します。 ・時間、内容の詳細は通知をご覧ください。	満2歳児	
3歳児健康診査	1月18日(木)		満3歳児	
総合健康相談会	1月16日(火)	午後1時30分～3時15分 ※要予約 ☎973・3700	血圧・体脂肪・超音波骨強度測定(簡易)、 生活習慣病に関する相談など	
栄養個別相談会	1月17日(水)	午前9時～午後3時30分 ※要予約 ☎973・3700	大人の生活習慣病予防の食事や偏食・小食・ 過食などの食事に関する困りごとの相談	
精神保健福祉総合相談	1月15日(月)	午後 ※要予約 東部健康福祉センター ☎920・2087	医師による心の病気や悩みについての相談	
酒害相談	1月9日(火) 2月6日(火)	午前10時～正午 ※要予約 ☎973・3700(緊急時、日程調整可能)	本人や家族のアルコールによる悩み相談	
高次脳機能障害医療等 総合相談	1月15日(月)	午後 ※要予約 東部健康福祉センター ☎920・2087	高次脳機能障害についての相談	東部健康福祉 センター
こころの電話相談	月～金曜日 (祝日を除く)	午前8時30分～11時45分、午後1時～4時30分 ※専用電話 ☎922・5562	こころの悩み相談	
ひきこもり個別相談	電話相談は随時、来所相談は要予約 東部健康福祉センター ☎920・2087		ひきこもりに関する本人および家族の ための相談	
エイズ検査・梅毒検査 肝炎ウイルス検査など	検査により曜日・時間の指定あり ※要予約 東部健康福祉センター ☎920・2109		各種採血検査など	
東部わかちあい「すみ れの会」	1月20日(土)	午後1時30分～3時30分 ※申込不要 ☎054・286・9245	大切な人(家族や友人など)を自死で 亡くされた人が語り合う会	ぬまづ健康 福祉プラザ
子どもの不登校などの 相談	毎週 水・金曜日	午前9時～午後4時 ※要予約 県総合教育センター ☎0537・24・9738	不登校・非行などの学校生活や家庭教 育または子どものこころに関する相談	県立沼津視覚 特別支援学校
もの忘れ相談	1月16日(火)	午前9時～正午 ※要予約 ☎983・2689	もの忘れを心配しているご本人または そのご家族が対象、認知症支援推進員 などが相談	地域包括ケア 推進課