



健康づくり・介護予防事業

問い合わせ

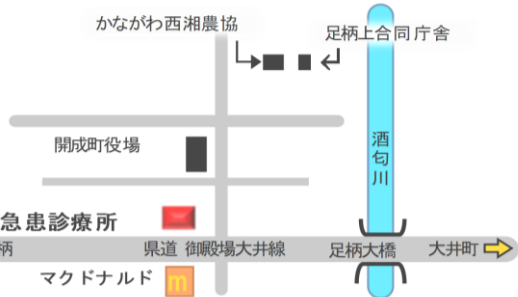
中井町健康課 ☎0465-81-5546
中井町比奈窪104-1

令和7年度
(2025年度)

中井町健康づくりカレンダー

急病のとき(休日・夜間)

足柄上地区休日急患診療所



診療所名	足柄上地区休日急患診療所 ☎0465-83-1800	小田原市休日夜間急患診療所 ☎0465-47-0823	休日急患歯科診療所 ☎0465-47-0825
科目	内科・小児科	夜間:内科・小児科 休日昼間:内科・小児科・耳鼻咽喉科	歯科(急患患者に限る) ※応急処置に限るため通院はできません。
診療日	日曜・祝日、年末年始	平日夜間、土曜・日曜・祝日、年末年始	日曜・祝日、旧盆、年末年始
時間	9:30~12:00 13:00~16:30	平日夜間 19:00~22:00 土曜・日曜・祝日 18:00~22:00 日曜・祝日昼間 8:30~11:30 13:00~15:30	9:00~11:30 13:00~15:30
住所	開成町吉田島580	小田原市酒匂2-32-16(小田原市保健センター1階)	

かながわ救急相談センター
☎#7119または045-232-7119
045-523-7119

小田原市消防本部(夜間・休日のみ)
☎0465-49-0119

毎夜間と休日の昼間に、内科系と外科系の診療を行っている病院を案内しています。
※10病院のうち2病院が順番で担当し、診療を行っています。

相談時間 24時間・年中無休

急な病気やけがをしたときに「救急車を呼んだほうがいいのか」、「今すぐ病院に行ったほうがいいのか」などで迷った際に、電話でアドバイスを受けることができます。

○看護師が病気やけがの状態を聞き取り、緊急性を判断する「**救急電話相談**」

○夜間・休日などに受診できる病院を案内する「**医療機関案内**」

病院名	電話番号	病院名	電話番号
大内病院(南足柄市)	0465-74-1515	小澤病院(小田原市)	0465-24-3121
足柄上病院(松田町)	0465-83-0351	間中医院(小田原市)	0465-23-3111
小田原市立病院(小田原市)	0465-34-3175	小林病院(小田原市)	0465-22-3161
湯河原胃腸病院(湯河原町)	0465-62-7181	丹羽病院(小田原市)	0465-34-3444
山近記念総合病院(小田原市)	0465-47-7151	西湘病院(小田原市)	0465-35-5773

※診察時には、健康保険証または医療証(交付を受けた方)を必ず持参してください。

健康診査・がん検診

問い合わせ

◆がん検診、健康づくり健康診査(集団)等:健康課 ☎0465-81-5546
◆特定健康診査、健康づくり健康診査:税務町民課 ☎0465-81-1114

実施方法	種別	会場	実施日	特記事項	
集団	がん検診	胃がん・大腸がん・肺がん・前立腺がん	保健福祉センター 10月29日(水)、30日(木)、31日(金) 井ノ口公民館 10月8日(水)、9日(木)	◆ 国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者、昨年度(令和6年度)受診された方(子宮頸がん・乳がん検診は令和5年度に受診された方)、今年度40歳到達者(子宮頸がんは20歳到達者)の方へは、5月末に関係書類を発送します。 ◆ 初めて町の健(検)診を受ける方および昨年度(令和6年度)に町の健(検)診を受けていない方は、健康課へお問い合わせください。 ※ 骨密度測定を同時実施(詳細は広報等でお知らせします。)	
		子宮頸がん・乳がん	保健福祉センター 11月13日(木) ※ 井ノ口公民館 11月6日(木)、11月30日(日) ※		
	健康診査	特定健康診査・健康づくり健康診査	保健福祉センター 10月29日(水)、30日(木) 井ノ口公民館 10月9日(木)		
		肝炎(C・B型)ウイルス検査	保健福祉センター 10月29日(水)、30日(木)、31日(金) 井ノ口公民館 10月8日(水)、9日(木)		
	個別・施設	がん検診	胃がん・子宮頸がん・乳がん		指定医療機関6月~3月(予定)
		健康診査	特定健康診査・健康づくり健康診査		
肝炎(C・B型)ウイルス検査					

健康相談・教室

● 転倒骨折予防教室、健康相談は保健福祉センター、和太鼓フィットネスは境コミュニティセンターで行います。
● 脳活性化編はおおむね65歳以上の町民の方、脂肪燃焼編は18歳以上の町民の方(★ 11:00~12:00は子育て中の方が対象)

事業名	開催日							内容
和太鼓フィットネス ①9:30~10:30 ②11:00~12:00 ※要予約	脂肪燃焼編(定員10名)	7月3日(木) ①	7月3日(木) ② ★ 託児あり	12月12日(金) ①	12月12日(金) ②	生活習慣病予防、肩こり・ストレス解消を目的とした教室		
	脳活性化編(定員10名)	4月23日(水)	5月29日(木)	6月13日(金)	7月7日(月)	8月1日(金)	9月17日(水)	認知症予防を目的とした運動教室
転倒骨折予防教室 10:00~11:00(すべて金曜日)	4月11日	5月9日	6月13日	7月11日	8月8日	9月12日	転倒骨折予防体操「こゆるぎ体操」の他、セラバンド体操やストレッチ、コグニサイズ等の運動を主体とした教室	
	10月10日	11月14日	12月12日	1月9日	2月13日	3月13日		
健康相談 9:30~11:30(すべて木曜日) ※時間予約制	4月17日	5月22日	6月19日	7月17日	8月14日	9月25日	病気の予防や健康づくりに関することなど、保健師・管理栄養士による相談	
	10月16日	11月20日	12月18日	1月15日	2月19日	3月19日		
骨密度測定会	日程	時間		定員		対象		
	8月27日(水):保健福祉センター	9:00~11:30		定員30人(事前予約制)		18~74歳の町民の方		

未病センター・なかい健康づくりステーション

5名以上の団体・グループ等の体力測定や使用説明等をご希望の場合は、事前に健康課までご連絡ください。

場所	保健福祉センター1階	利用料	無料	開設時間	9:00~17:00	◎血圧・脳年齢・体組成測定 ◎ウォーキング物品レンタル ◎バランスブレード、バーチャルサイクル、トレッドミル等 ◎健康づくりに関する事業案内 ◎食生活に関する情報コーナー ◎随時必要に応じて保健師、管理栄養士による個別相談
開設日	月曜日~金曜日(祝日、年末年始、メンテナンス日:毎月第4金曜日を除く)					