



Proud NUMAZU

広報

ぬまづ

2017年(平成29年)  
No.1557

8月1日号

<http://www.city.numazu.shizuoka.jp/>

特集  
沼津  
×  
自転車



Proud NUMAZU



**ぼくとおとうさん×MTB**

自宅からすぐ近くの町中公園で軽快な走りを見せてくれた植松宗治郎くん。「お父さんと自転車に乗るのが好きです。今はジャンプ技ができるようになっていんだ」と教えてくれました。

宗治郎くんが自転車に乗りはじめたのは3歳頃。お父さんである史郎さんが「もともとそんなにスポーツが得意な子ではなかったのですが、運動神経と危機回避能力の発達にいいと聞き、オンロードもオフロードも手軽に走ることができるとマウンテンバイクを」と勧めたことがきっかけだそうです。

自転車大好きな植松さん親子は「私たちの沼津にも、初級者でもとことん自転車を楽しめる公園があったらいいですね」と口を揃えます。

「自転車は私たち高校生にとって大切な移動手段です。カゴがついていて安定感があるシティサイクルに乗っている人が多いです」と話してくれたのは沼津西高校1年生の葛西伊吹さんと2年生の馬野菜也さん。

生徒の約9割が自転車通学という西高では通学に自転車を使うには登録と保険加入が必須で、1年生全員が沼津警察署による交通安全教室を受講します。

2人は「見通しの悪い交差点や自動車と並走する道路は危険を感じることもあります。通行量の多い通学の時間帯、視界の悪い雨の日や部活帰りの夜などは特に注意を払います。安全な自転車利用には時間に余裕を持つことが大事だと思います」と教えてくれました。



高校生×シティサイクル



乗る、走るだけでなくファッションや写真撮影等と一緒に楽しむ女子たち。夏季は熱中症や日焼け対策を怠らないようにしましょう。



パパだって乗ってもいいママチャリ。子どもを乗せる際にはチャイルドシートに。子どもはヘルメット着用が義務付けられています。



自転車漕ぎは効率的な有酸素運動で健康増進の一助になります。自身の体力と相談しながら、行動範囲を決めて楽しみましょう。



**サイクリスト×ロードバイク**

自転車に魅せられ、静岡県自転車競技連盟理事を務める高遠勝彦さんは「変化に富んでいて、走り心地と走りごたえのある沼津を自転車の聖地にしたい」と熱く語ります。高遠さんが代表を務めるチームは結成して10年。チームには中学生から60代までの男女が参加しています。愛鷹運動公園を発着点にした山麓コース等を練習の場とし、いづれ沼津から世界で活躍するような選手が出てくる日を夢見て、日々トレーニングに励んでいるそうです。「走りきった後の武井牧場さんのソフトクリームは絶品です」とお茶目に笑います。

高遠さんはサイクリストとしてだけでなく、競技役員として、そして観戦者としても、沼津を中心とした自転車ライフを楽しんでいます。と語り続けてくれました。

**特集 沼津×自転車**

**誰もが過ごしやすい自転車に優しいまちへ**

自転車は日常の生活に欠かせない移動手段として多くの人に活用されています。

本市は、駿河湾沿いの海岸線や北の愛鷹山系、南の達磨山、金冠山等の山岳に恵まれ富士山を望み自転車で行くのに心地よいエリアとして市内外のサイクリストから注目を集めています。

また、東京五輪での自転車競技が伊豆市で開催されることもあり、本市における自転車利用環境の整備が進んでいます。今回の特集では自転車を取り巻く環境や多様な楽しみ方を紹介します。

◎観光戦略課

NUMAZU・034・4843



自転車は五輪競技になるほどの競技性を持ちながら、小さな子どもでも楽しめる気軽な乗り物です。また、通勤・通学の手段や買い物時の足としての役割も担い、生活に根付いた重要な移動手段のひとつとなっています。

近年、健康増進や環境保全意識の高まりから自転車を利用する人も見られ、高齢者でも乗ることができるといふ点や災害時の貴重な移動手段としての役割などが注目されており、便利さと多様な用途から自転車利用のニーズが一層高まることが予想されています。

加えて本市では、本年3月にサイクリストの裾野を広げる拠点として「NUMAZUサイクルステーション静岡」が沼津市と狩野川周辺サイクル事業推進協議会（※）によって開設されました。また、修理用工具や空気入れを無料で使用できるバイシクルピット事業や自転車搭載できるサイクルキャリアタクシーの運行がスタートし、サイクルラックが設けられている店舗を見かけるようになるなどサイクリストを受け入れる体制が広がっています。

併せて、軽車両に分類される自転車が適切に走行できるよう、国土交通省と警察庁によって制定された「安全で快適な自転車利用環境創出ガイドライン」の考え方に基つき、市内でも自転車利用環境の整備が行われています。

本市の恵まれたロケーションをさらに活用し、広く自転車文化を根付かせようとする取り組みは歩行者や自動車を利用する人も含めた皆にとっても、快適な環境整備につながります。

皆さんも風を感じながら市内を駆け抜け、自転車の魅力を体感してみてください。

※伊豆全域におけるサイクリストの利便性向上の先進的な取組みを検討・実施することを目的に、沼津市、伊豆市、伊豆の国市、函南町の3市1町により設立しました。狩野川周辺サイクル事業推進協議会ではサイクリングマップを用意しています。



楽しさあふれる市内のサイクリングをバイシクルピットが支えます  
道の駅や飲食店などで自転車修理用工具や空気入れを無料で貸し出しているサイクリストフレンドリーな施設「バイシクルピット」は平成29年7月現在、市内に12箇所あります。ロゴマークとサイクルラックが目印です。

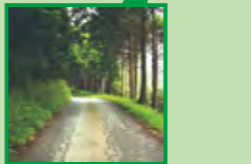


海へ、山へ、好きなところへ  
**NUMAZUサイクルステーション 静浦東**  
統廃合によって廃校となった旧静浦東小学校の一部をリノベーションし、本年3月にオープンしたサイクリストのための施設です。

利用は無料、要予約となります



赤野観音堂や駿河湾沼津SA付近は眺望が美しいものの、タフなコースで健脚派向き。



ゴルフ場の脇を通る市内北部は標高が高く涼しいヒルクライム(登坂)コース。



千本浜公園を起点に西へ東へ。ファミリーサイクリングにも最適です。



海岸線とともに走る、海風がここちよい沼津ならではのエリアです。



戸田周辺は海や峠などサイクリングの醍醐味とも言える楽しさが詰まっています。

**戸田有料レンタサイクル社会実験実施中!** 8月31日(木)まで、戸田港浮棧橋前で一日千円にてレンタサイクルを貸し出しています。  
☎一般社団法人チャンス ☎0558-88-3212

駐車場も完備しており、本市をはじめとした伊豆エリアを楽しむサイクリストたちの拠点となるよう整備されました。旧校長室は自転車整備スペースとなり、ミーティング室や男女別の更衣室、給湯室なども設けられ、自転車仲間やチームなど複数人での使用が想定されています。  
開所以来、安全運転講習やミニツアーなど初級者から上級者までの利用例があり、自転車の楽しさとこのエリアの魅力を広く伝える場として活用されています。その可能性は自転車を絡めた地域振興につながることも期待されます。  
☎観光戦略課  
☎055・9334・4843

### チェレステカフェ

サイクリストが集まる憩いの場  
小さいながらスナックをリノベーションして4年ほど前にオープンしたチェレステカフェには、全国から自転車乗りが集まり、白い塗り壁は立ち寄ったサイクリスト達のサインやメッセージでいっぱいです。サインを指差しながら「この彼はきつと東京五輪に出場すると思います。あ、こっちの彼女も。ウチではワールドクラスの上級者がビギナーと自転車談義をしていることも珍しくないんです」と教えてくれたのは自身もサイクリストであるオーナーの小野剣人さん。店舗奥のソファがあるスペースで子どもと一緒においしいスイーツやコーヒー、ボリュームのある食事を楽しむことができ、絵本やちよっとしたおもちゃもあります。気さくなオーナーの人柄も手伝って、サイクリストはもちろん、人と人をつなぐ、沼津が誇るサイクリストフレンドリーなカフェといえそうです。



### チェレステカフェ

沼津市口野 55-16  
090-6350-0023  
<http://celestecafe.com/>

### 沼津・狩野川ステージ



沼津を走り倒すサイクリングイベント「TOUR de SURUGA」沼津・狩野川ステージは、本市が、自転車に関するイベントを企画するリンケージサイクリング(株)とスルガ銀行の協力を得て開催する、海岸線や山岳コースを走る中級〜上級者向けのロングライドのサイクルツアーです。9月〜11月の各月1回開催されます。  
覚えておきたい自転車のルール  
市内で進む、安全で快適な自転車環境の整備

矢羽根や歩道内の色分けによる自転車走行レーンの表示。いずれも自転車用の表示ですが、歩行者や自動車、バイクを運転する人も覚えておくことで事故等を未然に防ぐことができます。公道は皆で正しく使しましょう。



口野から南に続く矢羽根表示



市立図書館前の色分けレーン

### サイクリストフレンドリーな沼津を体感しよう

全国的に自転車を活用したまちづくりが進んでいる昨今、本市を含む伊豆エリアは、この地ならではの美しいロケーションや東京五輪の影響もありサイクリングエリアとして注目を集めています。

こうした中、「サイクリストの裾野を広げよう」と市職員有志によって結成された「沼津サイクリストフレンドリーエリア創造プロジェクトチーム」。グルメを絡めたツアーの開催やビギナーでも楽しめる試乗・体験レッスンを盛り込んだイベント等を精力的に企画・運営し、いろいろな視点で沼津の自転車文化を盛り上げ、根付かせる試みをしています。

他にも近隣市町との連携や官民の垣根を超えた多様な取り組みによって、本市が有する地域資源や観光資源を活用し、ソフト・ハード両面からサイクリストを受け入れる環境整備が進んでいます。サイクリストにとって走りやすい環境は日常の自転車利用においても有益であることにつながります。様々な環境整備が進み、多くの人が関心を寄せる「サイクリストフレンドリーな沼津」を深く理解し、もっと楽しむために、皆さんも自転車に乗って出掛けてみましょう。

お知らせ

健康づくり課からの  
お知らせ

健康づくり課  
(保健センター)  
☎055-951-3480

◆複十字シール募金活動

8月1日(火)から9月30日(土)まで、結核予防を目的に複十字シール募金活動が自治会と結核予防婦人会を通じて行われます。

募金は、検診車の購入や医療施設の整備費、教育広報費、調査研究費、結核回復者の援護などに使わせて頂きます。皆さんの温かいご協力をお願いします。

※募金は健康づくり課窓口でも受け付けます。

◆ファミリーフードミニフェスタ

クイズやゲームを通して家族で食育の知識を深めましょう。大人向けに健康度測定も行います。

とき 8月20日(日)、10時～14時

ところ マックスパリュ沼津南店2階

内容 食育クイズ、お塩ピタリクイズ、豆つかみ、子どものお箸の長さ診断、ロコモチェック、体組成・握力測定など

※当日、直接会場へどうぞ。



◆胃がん予防講演会

男性の部位別がん罹患数の第1位は胃がんです。この機会に胃がんの予防、早期発見・治療について学んでみませんか。

とき 9月2日(土)、13時30分～15時

ところ 保健センター第2・3会議室

講師 川田和昭医師(静岡赤十字病院)

定員 80人(先着順)

申込方法 8月8日(火)、8時30分から電話で

◆3歳児キッズクッキング

幼児期の料理体験は、将来の食への関心を高めます。親子で楽しくクッキングにチャレンジしてみませんか。

とき 9月14日(木)、10月5日(木)、10時～13時

ところ 保健センター調理室

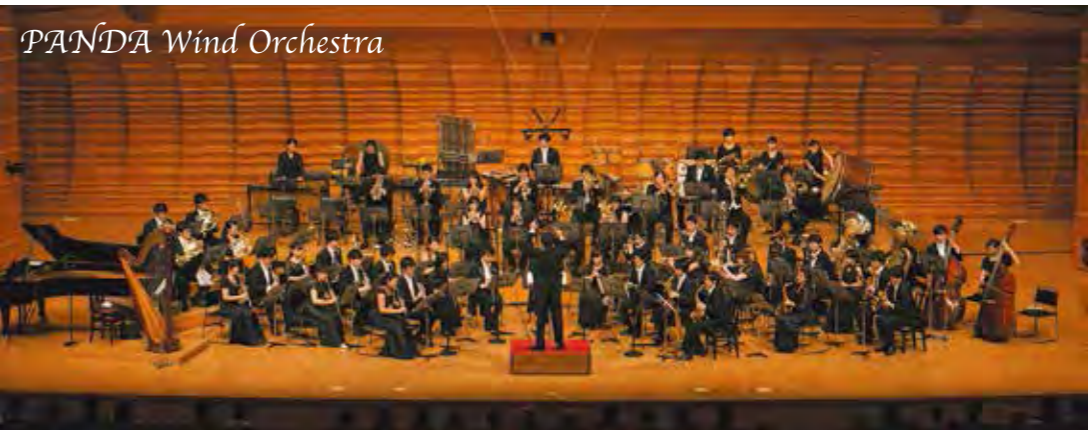
対象 市内に住む平成26年4月2日～9月30日生まれの子とその保護者

定員 各18組(先着順)

参加料 1人220円(食材費、保険料)

持ち物 母子健康手帳、手拭きタオル、エプロン・バンダナ(幼児用も)、幼児用スプーン・フォーク

申込方法 8月15日(火)、8時30分から電話で



東京藝術大学出身者を中心に結成されたフレッシュな吹奏楽団「ぱんだウインドオーケストラ」。次世代を担う精鋭たちのアツい演奏をお楽しみ下さい。

とき 11月18日(土)、開演15時

ところ 市民文化センター大ホール

出演 ぱんだウインドオーケストラ

入場料 一般2,500円、高校生以下1,000円(全席指定)

チケット 8月19日(土)から市民文化センターチケットコーナー及び各プレイガイドで発売

※演奏会フィナーレでは、自席にて演奏に参加できます。ぜひ楽器持参でお越し下さい。

～「楽器別クリニック」受講者募集～

ぱんだウインドオーケストラメンバーから指導を受け、演奏会フィナーレのステージで一緒に演奏しませんか。

とき 11月18日(土)、10時～12時

ところ 市民文化センター

演奏曲 アルセナール

対象 演奏会入場者で中学生以上の人

定員 300人程度

申込方法 9月30日(土)までに市民文化センターにある所定の用紙を直接

市民文化センター ☎055-932-6111

催し

第9回ブラスの祭典in沼津  
「ぱんだが沼津にやってくる!」

市民文化センター  
☎055-932-6111  
文化振興課  
☎055-934-4812

募集

地域の安全安心を  
守る消防団員

危機管理課  
(広域消防連携室)  
☎055-934-4745

地震や風水害、火災などの災害から大切な人、大切なまちを自ら守る消防団員として活動してみませんか。

■入団資格は?

市内に住むか通勤・通学する18歳以上の健康な人

※現在、会社員、自営業者、学生、主婦などさまざまな職種の人や、男女問わず幅広い年齢の人が活躍しています。

■活動内容は?

「自分たちのまちは自分たちで守る」という精神のもと、活動しています。

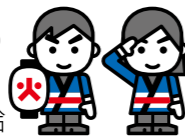
平常時 火災予防の広報活動、応急手当の普及指導、各種災害に備えた訓練など

災害時 消火活動や救助・救護活動、情報収集や警戒活動、住民の避難誘導など

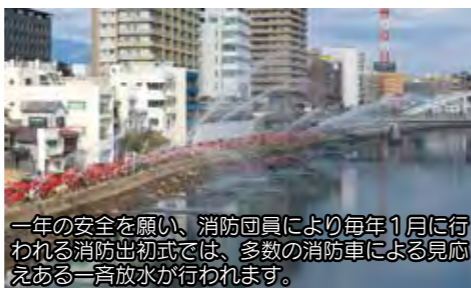
■身分と待遇は?

・特別職の地方公務員(非常勤)  
・年間一定の手当支給  
・災害、訓練出勤時の手当支給  
・活動中のけが等に対する公務災害補償  
・活動年数に応じた退職報償金制度 など

●入団方法等の詳細は、お住まいの地区の消防団または危機管理課へお問い合わせ下さい。



様々な活動をしています!!



沼津市民憲章

私たち沼津市民は

- 1. 緑と水と空、このかけがえのない自然を守り育て、清潔な環境をつくります。
- 1. すずんで心身をきたえ、健康と文化の向上につとめます。
- 1. 仕事に生きがいを見だし、意欲をもって働きます。
- 1. 人権を尊重し、時間と規則を守ります。
- 1. 善意と思いやりをもって、温かい家庭と社会を育てます。

沼津市民憲章は、市民の皆さんの幸せと心豊かな生活への願いを込めて、まちづくりの目標として昭和48年に制定されました。

◆沼津市市民憲章推進協議会の活動

市民や地域の自治会、民間企業などの個人・団体が構成された沼津市市民憲章推進協議会では、市民憲章の普及・啓発を図るため様々な活動に取り組んでいます。

○市民憲章活動支援助成金事業…市民活動団体等が取り組む市民憲章の趣旨に沿った公益的な活動に係る経費に対し助成金を交付しています。

○絵はがき・名刺の販売…市の魅力発信のため、市内から見える富士山をテーマとした絵はがき「沼津富士山八景(8枚組400円)」や、裏面に市民憲章を掲載した名刺(100枚入700円)を市役所2階地域自治課で販売しています。

○実践団体の表彰…「自然保護や環境保全に貢献」「他の規範となる善行」など、市民憲章の精神を実践した個人や団体を表彰しています。

○市民憲章額の贈呈…青少年の健全育成を目的に、市内小・中学校に市民憲章額を贈呈しています。

○テレビ寺子屋の開催…市民文化の向上を目的に開催しています。

会員を募集しています!

市民憲章の普及を図るため、個人又は団体の会員を募集しています。  
※詳細は、お問い合わせ下さい。



お知らせ

「住みよい沼津を目指して」  
沼津市民憲章

沼津市市民憲章推進協議会事務局(地域自治課内)  
☎055-934-4807

催し

2017高校生しゃべり場いぬまつ

◎生涯学習課(青少年係)  
0555・934・4871  
沼津高専と市内各校の高校生が、魅力的な「まち」の姿について熱く語り合います。高校生の声を聴いてみませんか。  
とき 8月19日(土)、10時～11時30分  
ところ プラサヴェルテ402会議室  
定員 60人程度  
※当日、直接会場へご来場ください。



「戦没者を追悼し平和を祈念する日」の式典

◎社会福祉課(福祉企画室)  
0555・934・4824  
とき 8月16日(火)、11時50分から  
ところ 市民文化センター小ホール  
※式典に先立ち10時45分から遺族会主催による戦没者戦災死者慰霊法要を行います。

平和映画上映会・朗読劇

◎総務課(行政係)  
0555・934・4712  
とき 8月27日(日)  
ところ 市立図書館①視聴覚ホール②第1講座室  
内容 ①映画「二つの花」「せんすい艦に恋をしたツツラの話」の二つについて  
②朗読劇「あつたを忘れない」(あつたぎによる公演) 13時30分～14時30分

下水道施設の見学会

◎南部浄化センター施設見学会  
0555・939・0811  
9月10日の「下水道の日」にちなみ、終末処理場を一般開放します。  
とき 8月20日(月)、9時～16時(ガイドによる施設案内は10時～14時)  
ところ 南部浄化センター(江浦)  
※当日、直接会場へご来場ください。

千本浜夕暮れウォーク

◎観光戦略課(シティプロモーション係)  
0555・934・4747  
とき 8月26日(土)(雨天中止)  
集合 16時にびゅうお入前(港口公園側)コース  
びゅうお(スタート)～千本浜公園～防潮堤から夕日を眺める～びゅうお解散(約2時間)  
※当日、直接集合場所へご来場ください。

男女共同参画推進事業所

◎地域自治課(協働推進係)  
0555・934・4807  
男女ともに働きやすい職場環境づくりに積極的に取り組んでいる市内の事業所を募集します。  
募集期間 8月15日(火)～9月29日(金)(当日消印有効)  
申込方法 市ホームページにある所定の書類を直接または郵送  
※詳細は、お問い合わせください。

モンミュゼ沼津

◎文化振興課(文化事業係)  
0555・934・4812  
とき 9月3日(日)、開演14時  
ところ モンミュゼ沼津  
出演 青木一子(ハープ) 山田玲子(フルート)  
定員 50人程度  
入場料 千円(美術館観覧料が別途必要)  
チケット モンミュゼ沼津で販売中



栗名月の宴

◎沼津御用邸記念公園東附属邸  
0555・931・2333  
◎緑地公園課(利用推進係)  
0555・934・4796  
とき 10月5日(木)、18時～20時30分  
ところ 沼津御用邸記念公園東附属邸  
内容 辰巳満次郎さん(能楽師)による能(謡・仕舞)  
定員 60人(先着順)  
参加料 6500円(食事、抹茶代を含む)  
申込方法 8月8日(火)、9時から電話で

2017NUMAZU潮風杯マリンスポーツ体験会

◎NPO法人東駿河湾マリンスポーツ振興会  
0555・931・0676  
◎まちづくり政策課(まちづくり推進係)  
0555・934・4886  
SUP(スタンドアップパドル)ボー

募集

◎市営住宅の入居者  
0555・934・4792  
募集団地 石田団地(1戸)、自由ヶ丘団地(2戸)、中尾団地(2戸)、大

ド)のレース、SUPヨガ、SUP・ウィンドサーフィンの体験会を開催します。  
とき 8月20日(日)、8時30分～15時  
ところ 牛臥海岸  
持ち物 水着、マリンブーツ(かかとのあるサンダルでも可)  
申込方法 8月10日(木)までに電話またはホームページで  
◎NPO法人スペシャルオリンピックス 日本・静岡・湯浅さん  
0800・4201・0120  
◎障害福祉課(支援係)  
0555・934・4800  
0555・934・2691  
とき 8月10日(木)、19時～20時30分  
ところ プラサヴェルテコンベンションホールB  
演題 可能性への挑戦  
講師 有森裕子さん(スペシャルオリンピックス日本理事長)  
※当日、直接会場へご来場ください。

市営住宅の入居者

◎長寿福祉課(介護予防係)  
0555・934・4866  
基礎編・応用編の講習を通して、ポールを使用したストレッチとウォーキングフォームを学びます(ポール貸出無料)。  
ところ と き 内容 定員  
浮島地区センター(大会議室) 9月29日(金)、9時30分～11時30分 基礎編 20人  
サンヴェル(多目的ホール) 9月29日(金)、14時～16時 応用編 50人

沼津市障害者自立支援協議会 研修会

◎障害福祉課(支援係)  
0555・934・4800  
0555・934・2691  
とき 8月30日(火)、15時～16時  
ところ 市役所801会議室  
テーマ 「静岡県障害者理由とする差別の解消の推進に関する条例」について  
講師 県障害者政策課長  
定員 50人(先着順)  
申込方法 8月10日(木)、8時30分から電話またはファクスで

市民エコプロジェクト2次募集

◎環境政策課(環境企画係)  
0555・934・4741  
市民の皆さんが進める環境保全活動を支援する「市民エコプロジェクト」の2次募集を行います。

男女共同参画市民企業セミナー

◎地域自治課(協働推進係)  
0555・934・4807  
とき 9月14日(木)、13時30分～15時50分  
ところ 市民文化センター大会議室  
テーマ 職場と家庭でいきるマネジメント思考～誰もが能力を発揮できる職場づくり～  
講師 国保祥子さん(株ワークシフト研究所所長)  
定員 80人程度

講座・教室

◎市民スポーツ振興課(市民体育館)  
0555・922・7205  
とき 9月24日(日)、9時から  
ところ 市民体育館  
種目 ①ファミリーバドミントン ②キンボール  
対象 市内に住むか通勤・通学する①は4～6人②は6～8人で構成されたチーム  
参加料 ①1人50円②1人100円(保険料)  
申込方法 市民体育館、市ホームページにある所定の用紙を直接  
申込期限 8月20日(日)、19時

男女共同参画推進事業所

◎地域自治課(協働推進係)  
0555・934・4807  
とき 9月14日(木)、13時30分～15時50分  
ところ 市民文化センター大会議室  
テーマ 職場と家庭でいきるマネジメント思考～誰もが能力を発揮できる職場づくり～  
講師 国保祥子さん(株ワークシフト研究所所長)  
定員 80人程度

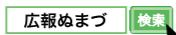
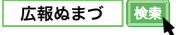
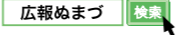
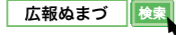
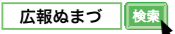
平成29年度技能功労者表彰候補者の推薦

◎商工振興課(労働福祉係)  
0555・934・4749  
建築大工、美容師、製菓技術師、その他技能を必要とする職業で次の要件を全て満たす人の推薦を募集します。  
対象 ①市内に住み、主に市内で職業に

平成年度技能功労者表彰候補者の推薦

◎商工振興課(労働福祉係)  
0555・934・4749  
建築大工、美容師、製菓技術師、その他技能を必要とする職業で次の要件を全て満たす人の推薦を募集します。  
対象 ①市内に住み、主に市内で職業に

「広報めまづ」が付いている記事は、市ホームページの「広報めまづ」から詳細をご覧ください。



古文書解読入門講座

●**明治史料館**  
 とき 9月2日～30日の土曜日、いずれも9時30分～11時30分(全5回)  
 ところ 明治史料館2階講座室  
 対象 初めて古文書にふれる人  
 定員 30人(先着順)  
 持ち物 筆記用具、辞書(くずし字辞典など持っている人)  
 申込方法 8月10日(木)9時から直接または電話で

ダンボールコンポスト作製講座

●**ごみ対策推進課(ごみ減量推進係)**  
 家庭で取り組めるダンボール箱を使った生ごみ処理の方法を学びます。  
 とき 9月10日(木)9時30分～11時30分

講座	とき	時間	定員
第一地区センター	8月26日(土)		
片浜地区センター	9月2日(土)		
大岡地区センター	9日(土)	11時30分～	
静浦地区センター	23日(金)	11時30分～	
西浦地区センター	30日(土)		各20人(先着順)

障害のある人のための  
スイーツ教室

●**生活支援センターあしたか**  
 とき 9月10日(木)9時30分～11時30分  
 対象 市内に住むか通勤している人  
 申込方法 8月10日(木)8時30分～電話で

一人暮らし高齢者等実態調査

●**長寿福祉課(高齢者包括支援係)**  
 9月1日を基準日とする一人暮らし高齢者等実態調査を行います。8月中旬から民生委員が65歳以上の一人暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯等に伺いますので、ご協力をお願いします。  
 ●**農林農地課(農地係)**  
 農地を持っている人や借りている人は、適正な農地の管理をお願いします。休耕の農地に雑草が生い茂っている場合は、周囲に影響を及ぼすことのないように草刈りをお願いします。

農地を適正に管理しましょう

●**市有財産公募売払**  
 所在地 面積(地目) 延床面積(構造)  
 ① 戸田 327.79㎡ 404.4㎡  
 ② 下香貫(宅地) 10,000.0㎡ 1,222.50㎡  
 ③ 字塚田(宅地) 1,000.0㎡ 1,222.50㎡

所在地	面積(地目)	延床面積(構造)
① 戸田	327.79㎡	404.4㎡
② 下香貫(宅地)	10,000.0㎡	1,222.50㎡
③ 字塚田(宅地)	1,000.0㎡	1,222.50㎡

国連外国語講座(英会話)

●**公益財団法人静岡国際文化交流協会**  
 地域自治課(国際係)  
 とき 9月12日～11月14日の火曜日  
 ① 初級 9月12日  
 ② 中級 9月14日～11月16日の木曜日  
 ③ 中級 9月15日～11月24日の金曜日  
 ④ 上級 (祝日を除く)  
 定員 各20人

マイナンバーカード休日受取窓口

●**市民課(受付係)**  
 開庁時にマイナンバーカードを受け取る  
 とき 9月10日(木)9時30分～11時30分  
 対象 市内に住むか通勤している人  
 申込方法 8月10日(木)8時30分～電話で

お知らせ

●**地域自治課(国際係)**  
 国連外国語講座(英会話)  
 ●**生活支援センターあしたか**  
 障害のある人のためのスイーツ教室  
 ●**長寿福祉課(高齢者包括支援係)**  
 一人暮らし高齢者等実態調査  
 ●**農林農地課(農地係)**  
 農地を適正に管理しましょう

NPO無料相談会

●**ふじのくにNPO活動センター**  
 地域自治課(協働推進係)  
 とき 9月6日(火)、10月4日(火)、11月1日(火)  
 時間 ①14時～②14時30分③15時④15時30分(各回30分)  
 ところ サウエルぬまづ小会議室  
 対象 NPO法人を運営している人、設立を検討している市民活動団体等  
 定員 各1法人・団体(先着順)  
 申込方法 8月8日(火)10時から法人情報、希望日時を電子メールまたはファクスで

暮らしたなんでも相談

●**ライフサポートセンターしずおか**  
 東部事務所  
 とき 9月10日(木)9時～17時  
 対象 市内に住むか通勤・通学する中学生以上の人  
 定員 各30人程度  
 申込方法 ①8月17日(火)②8月14日(木)まで電話で

救命講習会

●**救急ワークステーション**  
 とき ①普通救命講習=8月20日(火)9時～12時  
 ②上級救命講習=9月17日(火)9時～17時  
 ところ 救急ワークステーション(市立病院敷地内)  
 内容 AEDを使用した心肺蘇生法  
 ①は成人②は乳幼児を念頭に、止血法等

消防

●**危険管理課(危険管理係)**  
 とき 9月11日(火)、14時～16時  
 ところ 駿東伊豆消防本部大会議室(寿町)  
 対象 駿東伊豆消防本部管内に住むか通勤する人  
 定員 100人  
 申込方法 写真1枚(縦3×横2.4cm)と「甲種防火管理講習修了証」を持参して本人が駿東伊豆消防本部予防課(寿町)または第一方面本部消防室(清水町)に直接

甲種防火管理再講習

●**市民伝言板**  
 このコーナーの催しは参加無料です。  
 ●**テレビ寺子屋公開収録**  
 第一地区センター  
 とき 8月23日(火)13時15分～15時(開場12時30分)  
 ところ 第一地区センター  
 講師 田中ウルヴェ京さん(スポーツメンタルトレーニング上級指導士)  
 ※当日、直接会場へのご来場。

●**千本プラザミニギャラリーの展示**  
 指で描くパステルアート展  
 8月11日(火)～18日(金)

介護保険負担限度額認定の申請について

●**介護保険課(給付係)**  
 施設入所及びびしょろストイ利用に伴う食費と居住費(部屋代)の自己負担額を軽減する制度があります。軽減を受けるには申請が必要です。  
 対象 市民税非課税世帯(別世帯の配偶者も市民税非課税)の人  
 申請場所 市役所別館介護保険課  
 ※詳細は、お問い合わせ下さい。

沼津市は核兵器廃絶平和宣言都市です

●**総務課(行政係)**  
 昭和62年3月に核兵器廃絶平和都市を宣言した本市は、核兵器のない平和な世界の実現を願っています。戦没者を追悼し、世界平和を祈念するため、次の記念日には黙祷を捧げましょう。  
 ●**広島平和記念日**  
 8月6日(日)、8時15分(原爆投下時刻)  
 ●**ながさき平和の日**  
 8月9日(火)、11時2分(原爆投下時刻)  
 ●**終戦記念日**  
 8月15日(火)、正午

8月31日(木)は市県民税・国民健康保険料第2期の納期限です

●**納税管理課(納税推進係)**  
 ●**国民健康保険課(収納係)**  
 期限までに忘れずに納めましょう。また、色い封筒を送付していますので、早めの手続きをお願いします(要予約)。  
 ●**ねんきんダイヤル(来訪予約)**  
 0570・051165

●**敬老年金受給対象者の範囲が拡大されました**  
 ●**市民課(国民年金係)**  
 これまで、老齢基礎年金を受け取るためには、保険料納付期間と国民年金の保険料免除期間などを合算した資格期間が原則25年以上必要でしたが、8月1日から10年以上に短縮されました。今まで資格がなかった人も手続きすることで年金を受け取ることが出来ます。  
 ●**日本年金機構**では、該当者に通知文黄色い封筒を送付していますので、早めの手続きをお願いします(要予約)。  
 ●**ねんきんダイヤル(来訪予約)**  
 0570・051165

教室名	開催期間	曜日	時間	定員	参加費	対象	内容
会場：屋内温水プール ※妊娠中の人は参加できません。							
親子水泳教室	9/12-11/21	火	10:00-11:00	20組	親子1組 4,500円	H26.4.2～H27.4.1 生の子と保護者	水遊びをしながら親子のスキン シップを図る
※幼児水泳教室	9/14-11/16	木	16:00-17:00	30人	3,500円	H23.4.2～H25.11.30 生の子	水遊びから初歩的 な水中運動まで
※小学生水泳教室	9/12-11/21	火	16:00-17:00	30人	3,500円	クロールで25m泳げ ない小学生	クロールの習得
♥アクアウォーキング教室 月曜日コース	9/11-12/4	月	9:45-10:55	60人	4,500円	18歳以上の女性	ウォーキングを中心とした水中運動
♥アクアウォーキング教室 火曜日コース	9/12-11/21	火	9:45-10:55	30人	4,500円		ひざ痛予防改善のための水中運動
♥アクアピクス教室	9/11-12/4	月	11:00-12:10	60人	4,500円	18歳以上の女性	音楽に合わせた水中運動
♥健康水泳教室	9/11-12/4	月	13:30-14:40	60人	4,500円	50歳以上の人	クロール・背浮きなど

教室名	開催期間	曜日	時間	定員	参加費	対象	内容
原地区 会場：原地区センター							
♣女性体操教室 A コース	9/5-11/28	火	9:30-10:40	45人	2,500円	18歳以上の女性	初心者にも手軽にできる エアロピクス・ストレッチなど
♣女性体操教室 B コース			10:50-12:00	45人			
ふれ愛体操教室水曜日コース	9/13-11/15	水	13:30-15:00	80人	2,500円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・ リズム運動など
ふれ愛体操教室木曜日コース	9/14-11/16	木		80人			
大平地区 会場：大平地区センター							
ふれ愛体操教室 A コース	9/13-11/15	水	13:00-14:15	30人	2,500円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・ リズム運動など
ふれ愛体操教室 B コース			14:30-15:45	30人			
男性健康づくり教室	9/8-11/17	金	10:00-11:30	30人	2,500円	50歳以上の男性	体幹トレーニング・ストレッチなど
静浦地区 会場：静浦地区センター							
ふれ愛体操教室	9/8-12/1	金	13:30-15:00	40人	2,500円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・リズム運動など
浮島地区 会場：浮島地区センター							
ふれ愛体操教室	9/5-12/5	火	13:30-15:00	40人	3,000円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・リズム運動など
戸田地区 会場：戸田B&G海洋センター							
ふれ愛体操教室	9/14-11/30	木	13:30-15:00	50人	2,500円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・リズム運動など
愛鷹地区 会場：愛鷹地区センター							
ふれ愛体操教室	9/7-11/30	木	13:30-15:00	40人	3,000円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・リズム運動など
第三地区 会場：第三地区センター							
ふれ愛体操教室水曜日コース	9/13-11/15	水	13:30-15:00	45人	2,500円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・ リズム運動など
ふれ愛体操教室木曜日コース	9/7-11/9	木		45人			
片浜地区 会場：片浜地区センター							
男性健康づくり教室	9/14-11/16	木	10:00-11:30	40人	2,500円	50歳以上の男性	体幹トレーニング・ストレッチなど
第五地区 会場：第五地区センター							
からだづくり教室	9/14-12/7	木	10:00-11:30	40人	3,000円	18～50歳代の人	体幹トレーニング・ストレッチなど
ふれ愛体操教室	9/14-12/7	木	13:30-15:00	40人	3,000円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・リズム運動など
門池地区 会場：門池地区センター							
からだづくり教室	9/13-11/15	水	10:00-11:30	40人	2,500円	18～50歳代の人	体幹トレーニング・ストレッチなど
ふれ愛体操教室 A コース	9/8-11/17	金	13:00-14:15	40人	2,500円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・ リズム運動など
ふれ愛体操教室 B コース			14:30-15:45	40人			
今沢地区 会場：今沢地区センター							
ふれ愛体操教室水曜日コース	9/13-11/22	水	13:30-15:00	40人	2,500円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・ リズム運動など
ふれ愛体操教室木曜日コース	9/14-11/30	木		40人			
大岡地区 会場：大岡地区センター							
ふれ愛体操教室	9/7-10/26	木	13:30-15:00	40人	2,000円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・リズム運動など
内浦地区 会場：内浦地区センター							
からだとのえ運動教室	9/1-12/8	金	10:00-11:30	40人	3,000円	40歳以上の人	ロコモ予防トレーニングなど

# 体力づくり・地域体力づくり教室

**対象** 体力づくり教室：市内に住む人  
地域体力づくり教室：各開催地区またはその近隣に住む人

**申込方法** 往復はがきに右記を明記して郵送または市民体育館にある所定の用紙に必要事項を記入し、通常はがきを添えて直接

- ・はがき1枚につき1教室の申し込みとして下さい。
- ・※の各教室は、対象年齢内であれば兄弟姉妹で参加可能です。その場合は、はがき1枚に列記して下さい。
- ・◆♥♣の教室に参加希望の場合は、各記号1教室の申し込みとして下さい。
- ・地域体力づくり教室の「ふれ愛体操教室」と「からだづくり教室」は、ひとり1地区1コースの申し込みとして下さい。
- ・親子体力づくり教室以外の教室は、未就学児を連れての参加はできません。
- ・医師から運動を禁止されている人は参加できません。
- ・参加費は参加料と傷害保険料の合計金額です。
- ・申込多数の場合は抽選です。
- ・抽選結果ならびに参加費の納入については、はがきでご案内します。

**申込期限** 8月15日(火)(郵送の場合は必着)

※6月1日から通常はがきは62円、往復はがきは124円に料金が改定されましたのでご注意ください。

〒410-0055 高島本町1-4 ☎055-922-7200

往信 〒410-0055 沼津市高島本町1-4 市民体育館 行	返信の表 返信の裏	返信の裏 ※何も記入しないで下さい。
返信 あなたの住所 あなたの名前	返信の表 郵便番号	返信の裏 ①会場名 ②教室名(クラス・コース名) ③氏名(ふりがな) ④生年月日 ⑤性別 ⑥年齢 ⑦住所 ⑧電話番号 ※親子で参加する教室は、③～⑥を保護者と子のいずれも記入



親子体力づくり教室3歳コース

教室名	開催期間	曜日	時間	定員	参加費	対象	内容
会場：市民体育館							
親子体力づくり教室	※父子ふれあいコース	9/16-11/25	土	10:00-11:00	30組	H26.4.2-H26.4.1 生の子と父親(保護者可)	親子体操、リズム運動、ボールなどの遊具を使って親子で楽しむ ※乳幼児を連れて参加する場合はおんぶ紐をご用意下さい。
	※3歳コース	9/14-11/16	木	10:00-11:00	120組	H26.4.2～H27.4.1 生の子と保護者	
	※4・5・6歳コース	9/12-11/14	火	15:30-16:30	60組	H23.4.2～H26.4.1 生の子と保護者	
※小学生体育教室	9/14-11/16	木	17:00-18:00	40人	2,300円	小学校1・2年生の運動が苦手な児童	マット・とび箱運動など
男性スポーツ教室	9/14-11/16	木	19:00-20:30	30人	3,500円	18歳以上の男性	ソフトバレーなど室内軽スポーツ
女性体操教室月曜日コース	9/11-11/27	月	10:00-11:30	50人	3,000円	18歳以上の女性	初心者にも手軽にできる エアロピクス・ストレッチなど
女性体操教室火曜日コース	9/12-11/14	火		150人			
トレーニング教室	9/15-11/24	金	10:00-11:30	10人	3,500円	18歳以上の女性	トレーニングルームで運動不足の解消
女性フィットネス教室	9/15-11/24	金	19:00-20:30	30人	3,500円	18歳以上の女性	エアロピクス・ストレッチポールなど
◆ボディバランス教室	9/13-11/15	水	14:30-15:45	40人	3,000円	18歳以上の人	筋力強化運動・バランストレーニングなど
◆ロコモ予防教室木曜日コース	9/14-11/16	木	13:30-15:00	40人	3,000円	50歳以上の人	ひざ痛や腰痛予防改善のための トレーニング
◆ロコモ予防教室金曜日コース	9/15-11/24	金		40人			
脚力アップ教室	9/13-11/15	水	13:00-14:15	40人	3,000円	60歳以上の人	歩行運動・バランストレーニングなど
健康体操教室	9/12-11/14	火	13:30-15:00	100人	3,000円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・リズム運動など
会場：勤労者体育センター							
女性体操教室水曜日コース	9/13-11/15	水	10:00-11:30	120人	3,000円	18歳以上の女性	初心者にも手軽にできる エアロピクス・ストレッチなど
女性体操教室木曜日コース	9/14-11/16	木		120人			
健康体操教室	9/14-11/16	木	13:30-15:00	120人	3,000円	60歳以上の人	レクリエーション・ストレッチ・リズム運動など
会場：戸田B&G海洋センター							
キッズスポーツ教室Aクラス	9/2-11/25	土	9:00-10:00	20人	2,500円	小学校3～6年生 年長～小学校2年生	マット・跳び箱・鉄棒・走運動など
キッズスポーツ教室Bクラス			10:00-11:00	20人			

# 8 救急協力医

月1(火)~20(日)

協力医は変更される場合があります  
**事前にご確認を!!**  
 救急協力医テレホンサービス  
**☎ 055-958-0119**

8月	内科		小児科		外科	
	平日 17時~21時 土曜日 12時~18時 日曜日、祝休日 8時~18時	平日 17時~21時 土曜日 12時~18時 日曜日、祝休日 8時~18時	平日 17時~21時 土曜日 12時~18時 日曜日、祝休日 8時~18時	平日 17時~21時 土曜日 12時~18時 日曜日、祝休日 8時~18時	平日 17時~21時 土曜日 12時~18時 日曜日、祝休日 8時~18時	平日 17時~21時 土曜日 12時~18時 日曜日、祝休日 8時~18時
1(火)	岩淵内科医院 951-4579 添地町	すずきファミリー 960-0333 一本松	ふじわらクリニック 924-8777 寿町			
2(水)	小林内科医院 921-2165 米山町	りゅうじん医院 988-3133 長泉町下土狩	大沢クリニック 929-1313 若葉町			
3(木)	青沼クリニック 929-6205 大岡	坂小児科 931-3233 下香貫前原	池田病院 986-1212 長泉町本宿			
4(金)	花クリニック 987-9145 長泉町下土狩	杉谷小児科 923-6543 筒井町	ひがしおかクリニック 941-8269 清水町柿田			
5(土)	池田病院 986-1212 長泉町本宿	よぎ小児科 967-5722 原	池田病院 986-1212 長泉町本宿			
6(日)	御成橋栄クリニック 952-2525 八幡町	さくま小児科 992-6303 裾野市茶畑	関外科 921-2185 花園町			
	境医院 975-8021 長泉町竹原 田中クリニック 992-1881 裾野市伊豆島田		田中クリニック 992-1881 裾野市伊豆島田 御成橋栄クリニック 952-2525 八幡町			
7(月)	あめみや内科 935-1159 吉田町	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	田沢医院 962-1205 大手町			
8(火)	小林医院 966-7700 今沢	田中医院 921-2053 高島町	東医院 921-5520 高沢町			
9(水)	旭医院 966-0031 原	りゅうじん医院 988-3133 長泉町下土狩	清水館医院 993-2323 裾野市茶畑			
10(木)	大沢医院 931-1019 御幸町	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	池田病院 986-1212 長泉町本宿			
11(金)	池田病院 986-1212 長泉町本宿	すずきファミリー 960-0333 一本松	西方外科 921-1333 共栄町			
	杉山(和)医院 972-3223 清水町伏見 裾野赤十字 992-0008 裾野市佐野		駿東整形 922-8855 高沢町			
12(土)	望星第一クリニック 922-0222 柳町	杉谷小児科 923-6543 筒井町	聖隷沼津 952-1000 松下			
13(日)	かとう内科医院 946-5562 大岡	坂小児科 931-3233 下香貫前原	遠藤クリニック 975-8801 清水町久米田			
	高遠内科クリニック 926-8739 東椎路 大橋内科・小児科 992-2800 裾野市佐野		白石医院 951-4593 市道町			
14(月)	清流クリニック 941-8688 清水町堂庭	西村医院 971-6510 長泉町下土狩	沼津整形 921-3791 共栄町			
15(火)	こんどうクリニック 925-2420 岡宮	よぎ小児科 967-5722 原	こんどうクリニック 925-2420 岡宮			
16(水)	富士クリニック 932-3553 下香貫藤井原	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	おおしろクリニック 976-0027 清水町堂庭			
17(木)	南一色セントラル 980-5777 長泉町南一色	さくま小児科 992-6303 裾野市茶畑	池田病院 986-1212 長泉町本宿			
18(金)	新井クリニック 992-0811 裾野市久根	りゅうじん医院 988-3133 長泉町下土狩	関外科 921-2185 花園町			
19(土)	杉山病院 963-4114 錦町	大橋内科・小児科 992-2800 裾野市佐野	池田病院 986-1212 長泉町本宿			
20(日)	村岡クリニック 954-2000 大岡	田中医院 921-2053 高島町	東医院 921-5520 高沢町			
	なおきクリニック 929-8555 東椎路 東名裾野病院 997-0200 裾野市御宿		ひがしおかクリニック 941-8269 清水町柿田			
耳鼻科	8月 6(日) よねやま耳鼻科 0545-53-6885 富士市永田町	11(金) こだま耳鼻咽喉科 926-1333 庄栄町	13(日) 里和耳鼻咽喉科 0545-23-1133 富士市伝法			
	8時~17時 20(日) わかばやし耳鼻咽喉科 933-3311 御幸町					
眼科	8月 6(日) 桑名眼科 987-5575 長泉町下土狩	11(金) 山内眼科 975-8338 三島市中田町	13(日) むらまつ眼科 993-8855 裾野市深良			
	8時~17時 20(日) 山秋眼科 924-4680 筒井町					
産婦人科	8月 6(日) かやま産婦人科 997-3551 裾野市岩波	11(金) 岩端医院 962-1368 大手町	13(日) 関谷レディース 968-6611 西椎路			
	8時~17時 20(日) 聖隷沼津 952-1000 松下					
歯科	8月 6(日) 土屋歯科 962-3136 大岡	11(金) 津野歯科医院 921-5164 大岡	13(日) 塚本歯科クリニック 934-8020 下香貫前原			
	8時~17時 20(日) テンタルオフィス 926-8241 本田町					

救急協力医案内ホームページ <http://www.city.numazu.shizuoka.jp/kyouryokui/>

近隣市町の協力医についてはこちらへ 静岡県広域災害救急医療情報システム ☎0800-222-1199

沼津夜間救急医療センター ☎926-8699 ※お間違いないよう  
 ご注意ください。 日の出町1-15

内科	小児科	外科
平日 20時30分~翌朝7時 土・日曜日、祝休日 18時~翌朝7時	平日 20時30分~翌朝7時 土・日曜日、祝休日 18時~翌朝7時	平日 20時30分~翌朝7時 土・日曜日、祝休日 18時~翌朝7時

●火災など災害情報テレホンサービス ☎055-926-0119

## スポーツ教室(体育協会主催)

対象 市内に住むか通勤・通学する人

申込方法 参加費を持参し、申込開始日時に各会場へ

(先着順、電話申込は不可。※の各教室は申込多数の場合は抽選)

屋内温水プールの教室は往復はがきの往信面に住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、教室名、返信面に郵便番号、住所、氏名を明記して郵送(〒410-0813 上香貫二ノ洞2416-1 屋内温水プール宛)

※参加費は参加料と傷害保険料の合計金額です。

◎NPO法人沼津市体育協会事務局(市民体育館内) ☎055-922-7200



剣道教室

教室名	開催期間	曜日	時間	定員	参加費	対象	内容	申込開始日時
会場：市民体育館								
ジュニア新体操教室	9/ 4-11/20	月	17:00-18:30	30人	5,000円	年長~小学校2年生の女子 小学校3~6年生の女子	基本技術、リズム運動など	8月21日(月) 17時30分
			17:30-19:00	10人				
居合道教室	9/ 5-11/ 7	火	19:00-20:30	25人	3,000円	中学生以上の人	基本動作、座り方など	8月22日(火) 19時
柔道教室(週2回)	9/ 1-11/10	火・金	18:00-19:30	50人	5,000円	5歳~中学生	基本体力づくり、受身など	8月22日(火) 19時
弓道教室(週2回)	9/ 1-11/10	火・金	18:30-20:30	20人	5,000円	中学生以上の初心者	基本動作、型など	8月22日(火) 18時30分
※ソフトテニス教室	9/ 6-11/ 8	水	17:00-18:30	20人	2,000円	小学校3~6年生	基本技術、ルール、ゲーム、マナーなど	8月23日(水) 17時30分~18時
			18:30-20:30	30人	3,500円	中学生以上の人		8月23日(水) 18時30分~19時
※卓球教室	9/ 7-11/ 9	木	18:30-20:00	20人	3,000円	小学3年生~中学生	基本技術、ルール、ゲーム、マナーなど	8月17日(木) 18時~18時30分
			18:30-20:30	20人	4,000円	高校生以上の初心者		8月17日(木) 19時~19時30分
バドミントン教室	9/ 7-11/ 9	木	19:00-20:30	30人	4,000円	高校生以上の初心者	基本技術、ルール、ゲーム、マナーなど	8月17日(木) 19時
剣道教室(週2回)	9/ 7-11/18	木	18:30-19:30	50人	5,000円	小学生以上の人	基本動作、竹刀げいこ、作法など	8月17日(木) 19時
			18:00-19:00					
レディーバドミントン教室	9/ 1-11/17	金	10:00-12:00	30人	3,000円	初級者の女性	基本技術、ルール、ゲーム、マナーなど	8月18日(金) 10時
※テニス教室	9/ 1-11/10	金	18:30-20:30	25人	3,500円	15歳以上の初心者の女性	基本技術、ルール、ゲーム、マナーなど	8月18日(金) 18時30分~19時
合気道教室	9/10-11/26	日	9:00-10:00	20人	5,000円	中学生以上の初心者	基礎、基本、護身術など	8月20日(日) 9時
スポーツダンス教室	9/ 6-11/ 8	水	19:00-20:30	30人	5,000円	初心者(社会人男女)	リズムに合わせて体を動かす	8月16日(水) 19時
会場：香陵武道場								
弓道教室(週2回)	9/ 5-11/14	火・木	10:00-11:30	20人	4,000円	初心者の女性	基本動作、型など	8月17日(木) 10時
剣道教室(週2回)	9/ 1-11/10	火・金	18:30-19:30	30人	5,000円	小学生以上の人	基本動作、竹刀げいこなど	8月18日(金) 18時
なぎなた教室	9/ 6-11/ 8	水	14:00-16:00	10人	2,500円	18歳以上の人	基本動作、作法など	8月23日(水) 14時
柔道教室	9/ 2-11/18	土	18:30-19:30	50人	3,000円	小学生	基本体力づくり、作法など	8月19日(土) 19時
フェンシング教室(勤労者体育センター)	9/ 2-11/11	土	17:00-19:00	15人	5,000円	小学校4年生~中学生	基本技術、ルール、マナーなど	9月2日(土) 17時
会場：屋内温水プール ※妊娠中の人は参加できません。								
初心者水泳教室	午前コース 9/15-12/ 1	金	10:00-11:30	50人	5,000円	18歳以上の初心者	クロール・背泳ぎで25m泳げるように	往復はがきでの申し込み 8月18日(金)必着 ◎申込多数の場合は抽選
中級者水泳教室	9/15-12/ 1	金	13:30-15:00	15人	5,000円	18歳以上で25m泳げる人	クロール・背泳ぎで25m以上泳ぐ	



一幅の絵のような絶景に出会える

# 煌めきの丘



太陽の位置によって海面がキラキラと煌めいて見えることから名付けられた「煌めきの丘」。大瀬崎と戸田地区の中間、井田地区の高台にあり、ここから眺める駿河湾・富士山・空のコラボレーションはまさに絶景です。丘の下には、1300～1400年前のものとして推定されている県の指定史跡「井田松江古墳群」が発掘時そのままの姿で保存されており、丘からの見学コースが整備されています。狭い尾根上にあるこの古墳群は眼下に広がる景色とともに生きた人たちのものと考えられています。

暑さを忘れさせてくれるほど爽やかな新緑の水田、井田地区を囲む山を鮮やかに染める紅葉、澄んだ空気が作り出す青い海と空、駿河湾に沈む茜色の夕日など、季節や時間によって表情を変える色彩豊かな景色を見ようと、ドライブやツーリングを楽しむ多くの人が訪れます。また、最近ではそんな景色を楽しみ、疲れを癒すサイクリストも増えています。沼津が誇る海岸線の魅力を感じながら、煌めく海の見える丘への小旅行を楽しみませんか。

