

催し

認知症予防講演会・
脳の健康度チェック

①長寿福祉課(高齢者支援係)

とき 9月11日(土)、14時～16時15分
 ところ サンワエルぬまじ多目的ホール
 内容 ①大山一孝医師(沼津大山クリニック院長)による認知症と予防のための生活習慣についての講演
 ②スクリーンを使用した脳の健康度チェック(結果は郵送)概ね65歳以上で要介護認定を受けていない人

対象 30人(先着順)
 定員 30人(先着順)
 申込方法 8月11日(火)、9時から電話で



「原爆と人間」パネル展

①総務課

とき 8月6日(金)～15日(日)
 ところ 市立図書館展示ホール
 内容 原爆の悲惨さや平和の尊厳を考えるパネル展を開催します。

南部浄化センター施設見学会
 ①水道総務課(総務係)

とき 9月10日(土)下水道の日(ちなみ、終末処理場の施設見学会を行います。)
 9月5日(日)①10時～11時30分

オンライン福祉講演会

①長寿福祉課(高齢者支援係)

とき 9月9日(水)、14時～16時
 テーマ 住み慣れた地域で最期まで安心して暮らせる「ともにつながり、ともにささぐあつ、元気なまちづくり」
 対象 ZOOMによる視聴が可能
 申込方法 8月10日(火)、9時から電話またはメールで



大阪国際室内楽コンクール
優勝メンバーによるコンサート
「続・音楽で楽しむ世界旅行」

①市民文化センター

とき 8月31日(火)
 ところ 沼津労働会館(高島本町)
 定員 各20人
 受講料 各2万円(教材費別)
 申込期限 8月31日(火)
 ※申込方法等の詳細は、お問い合わせ下さい。

サンワエルぬまじの講座

①リラクゼーション

とき 9月1日(火)、8日(水)、10時～11時30分(全3回)
 講師 入月紀子さん(フィットネスインストラクター)
 定員 20人(申込多数の場合は抽選)
 持ち物 飲み物、タオル、ヨガマット(持っている人)、マスク

②カラダのバランス改善

とき 9月13日(木)、20日(金)、10月4日(火)、14時～16時(全4回)
 講師 是永幸恵さん(健康運動指導士)、市保健センター職員
 定員 25人(申込多数の場合は抽選)
 申込期限 8月25日(火)(必着)



とき 11月1日(月)、開演18時30分
 ところ 市民文化センター大ホール
 出演 徳永慶子(ヴァイオリン)、小田裕之(ピアノ)、芝村崇(チェロ)

料金 一般2千円、高校生以下500円(未就学児入場不可)
 チケット 8月7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



いごも夏大学2021

①静岡新聞社・静岡放送東部総局東部ビジネスセンター

とき 8月7日(土)、8日(日)、10時～16時
 ところ プラサヴェルデ多目的ホール
 内容 サイクリングのVR体験、ユーザー体験、むかしの遊び体験、ものづくり体験、はたらく車の展示他
 ※当日、直接会場へご来場。

千本プラザ運動教室
「ステップエクササイズ中級」
 ①千本プラザ
 とき 8月29日(日)、15時45分～16時45分
 ところ 多目的ホール
 講師 村上典子さん(フィットネスインストラクター)
 対象 18歳以上の人(高校生を除く)
 定員 30人(先着順)
 参加料 30円(保険料)
 持ち物 飲み物、タオル、室内用運動靴
 申込方法 8月20日(金)、12時30分から電話で

障害のある人のための
ソープカービング教室

①生活支援センターあしたか

とき 9月11日(土)、10時30分～11時30分
 ところ 多目的ホール
 講師 村上典子さん(フィットネスインストラクター)
 対象 18歳以上の人(高校生を除く)
 定員 30人(先着順)
 参加料 30円(保険料)
 持ち物 飲み物、タオル、室内用運動靴
 申込方法 8月20日(金)、12時30分から電話で

長寿福祉課(生きがい推進係)
 とき 8月29日(日)、15時45分～16時45分
 ところ 多目的ホール
 講師 村上典子さん(フィットネスインストラクター)
 対象 18歳以上の人(高校生を除く)
 定員 30人(先着順)
 参加料 30円(保険料)
 持ち物 飲み物、タオル、室内用運動靴
 申込方法 8月20日(金)、12時30分から電話で

起業創業セミナー
「Women's 起業応援スクール」

①NPO法人Women'sサポート(沼津商工会議所内)

とき 8月21日(土)
 9月4日(土)
 9月18日(土)
 10月2日(土)
 時間 10時～12時
 ところ 沼津商工会議所(会議室(米山町))
 定員 各30人程度
 申込方法 開催日前日までに市ホームページにある専用フォームで

講座・教室

元気なシニアのための
動作講座「防ごうオーラルフレイル・保とう認知機能」

①長寿福祉課(高齢者支援係)

とき 9月9日(水)、10時～12時
 ところ サンワエルぬまじ大会議室
 講師 渡邊美礼さん(言語聴覚士)
 対象 市内に住む65歳以上の人
 定員 20人(先着順)
 申込方法 8月10日(火)、9時から電話で

女性の政治まるわかりセミナー

①地域自治課(協働推進係)

とき 8月26日(水)、14時～16時
 ところ 市役所3階委員会室
 講師 西川有理子さん(一般社団法人パレテ・アカデミー事務局長)
 対象 市内に住むか通勤・通学する人
 定員 30人(先着順)
 申込方法 8月10日(火)、9時から電話または専用フォームで

起業創業セミナー
「Women's 起業応援スクール」
 ①NPO法人Women'sサポート(沼津商工会議所内)
 とき 8月21日(土)
 9月4日(土)
 9月18日(土)
 10月2日(土)
 時間 10時～12時
 ところ 沼津商工会議所(会議室(米山町))
 定員 各30人程度
 申込方法 開催日前日までに市ホームページにある専用フォームで



新型コロナウイルス感染症対策のため、行事等に参加する際はマスク着用や手指消毒等に協力をお願いします。

広報めまづ 検索 が付いている記事は、市ホームページの「広報めまづ」から詳細をご覧になれます。

時間 いずれも18時45分～20時45分

クラス	とき(全10回)	内容
初級	9月28日～12月7日 の火曜日(11月23日 祝を除く)	簡単な文章で話せるようになる
初中級	9月30日～12月2日 の木曜日	実用的に使えるフレーズを増やす
中級	10月1日～12月3日 の金曜日	表現力を高め、自然な英語を話す
上級	幅広イトピックについてディスカッションする	

後期NICE英会話教室
(初級)

①沼津国際交流協会事務局(地域自治課内)

とき 9月9日～11月18日の木曜日
 19時～20時30分(9月23日(祝)を除く、全10回)
 ところ 市民文化センター第4・5会議室

内容 海外でホームステイする時などに役立つ英会話

定員 20人(先着順)
 受講料 3千円
 申込方法 8月10日(火)、9時から電話で



国連外国語講座(英会話)

①公益財団法人静岡県国際交流協会

とき 9月5日・9月12日・19日・26日・10月3日・10月10日・17日・24日・31日・11月7日(全10回)

②地域自治課(多文化共生係)