

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。

講座・教室

冬の短期講座(フィットネス)

講座に参加して、運動不足の解消やストレス発散をしませんか。

とき(全2回)	講座名	定員
① 2月9日(水)・ベリータンズでぞろぞろ 16日(水) 改善		24人
② 2月10日(木)・ストレッチポールで 17日(木) 全身リラックス		24人

時間 10時～11時  
ところ F3BASE(ビーシー沼津3階)

内容 ①骨盤周りの筋肉を動かして歪みの解消②ストレッチポールを使って筋線リリース&リラクゼーション

講師 ①Mickieさん②黒澤亜衣さん(いずれもフィットネスインストラクター)

対象 市内に住む通勤する18歳以上の中高生を除く

参加料 千円(保険料他)  
持ち物 飲み物、タオル、マスク

申込方法 1月24日(月)10時から市ホームページにある専用フォームで(先着順)  
※運動のできる服装(汗拭き)参加下さい。



シニア向け教室

※高齢者からセルフケア体験講座

体の不調や健康保持に効果的なツボを自分で見つける方法をお話しします。

① 0555-9220-7200  
② 0555-9220-7200

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。

募集

沼津市防災会議委員

任期 4月1日から2年間

応募資格 市内に住む18歳以上の人(高校生を除く)

公募人数 10人  
選考方法 沼津市の地域防災について思いつくことをテーマとした小論文(8000字程度)及び面接

応募方法 履歴書と小論文を直接郵送またはメールで

応募期間 1月17日(月)～2月10日(水)必着

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

〒410-8600 沼津市役所

沼津市消費者教育推進地域協議会委員

任期 4月1日から3年間  
応募資格 市内に住む18歳以上の人

とき 2月22日(火)、14時～15時30分  
ところ 原地区センター第1会議室  
講師 澁谷哲平さん(沼津市鍼灸マツサージ師会)

対象 市内に住む概ね65歳以上の人  
定員 25人(先着順)

申込方法 1月24日(月)、9時から電話で  
① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

※はじめてのスマートフォン体験教室  
とき 2月28日(月)①10時～12時  
②14時～16時

対象 サンウエルぬまづ大会講室  
市内に住む概ね65歳以上でスマートフォンをこれから使ってみようと考えている人(既に持っている人を含む)

定員 各20人(先着順)  
申込方法 1月25日(火)、9時から電話で

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

沼津市手話言語普及促進懇話会委員

任期 4月1日から2年間

応募資格 市内に住む18歳以上の人  
公募人数 2人

選考方法 「手話について考えたい」をテーマとした小論文(8000字程度)及び面接

応募方法 履歴書と小論文を直接郵送またはメールで

応募期間 1月24日(月)～2月24日(水)必着

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

〒410-8600 沼津市役所

ニユースポーツ大会出場チーム

2月27日(日)開催するニユースポーツ大会の出場チームを募集します。

ところ 市民体育館  
種目 ファミリーバドミントン

対象 市内に住むか通勤・通学する人  
チーム編 4～6人で構成

募集数 36チーム(申込多数の場合は抽選)

申込方法 1月24日(月)、9時から電話で  
※ボールの貸し出しは無料です。

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

新年事始め「歌会」観覧者

宮中の「歌会」になり、10月に募集した短歌の中から優秀作品を発表します。

とき 1月23日(日)、13時30分～15時30分

ところ 沼津御用邸記念公園東附属邸

お題 「明」

選者 中川佐和子さん(歌人)

定員 30人(先着順)

参加料 2千円(茶菓子付き)

申込方法 1月22日(日)、9時から電話で

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

時間 ①④10時～12時  
②③⑤⑥9時30分～12時

集合場所 ①サンウエルぬまづ(2回目以降は説明会でお知らせします)

募集人数 20人程度

申込方法 住所、氏名、年齢、電話番号を明記して郵送またはファクスで

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

催し

考えよう地球・環境・くらし 2022ぬまづ消費生活展

日常の中で役立つ、消費生活についての正しい知識を楽しく身につけて頂くため、消費生活展を開催します。

とき 2月5日(日)・6日(月)、10時～20時

ところ 555ホールと沼津2・3階ひろの広場及び周辺スペース

内容 各種団体のパネル展示、啓発品の配布他

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631

① 0555-9344-4830  
② 0555-9344-2631