第6回ぬまづカローリング大会参加者

とき 10月23日㈰、9時30分から
ところ 戸田B&G海洋センター
対象 市内に住むか通勤・通学する小学生以上の人で構成されたチーム（3人以上5人以内）
定員 12チーム（申込多数の場合は抽選）
申込方法 ・市役所8階ウィズスポーツ課、戸田B&G海洋センターまたは市ホームページにある所定の用紙を、ウィズスポーツ課に直接、郵送またはメールで
・所定の用紙を戸田B&G海洋センターに直接
申込期限 10月5日㈬、17時
※詳細は、市ホームページをご覧ください。
申問 **沼津市スポーツ推進委員連絡協議会事務局（ウィズスポーツ課内）** ☎055・934・4875

菊華展出品のご案内

丹精込めて育てた菊を11月3日㈭～15日㈫に開催される、第52回沼津御用邸記念公園菊華展に出品しませんか。
申込方法 10月15日㈯までに電話で
申問 **沼津菊花会　大島さん** ☎090・2617・6897

老人クラブに参加していきいき輝くシニアライフを！

沼津市老人クラブ連合会（すこやか沼津）では、スポーツや芸術等会員同士の親睦、奉仕活動や清掃活動等の社会奉仕・社会参加を積極的に行い、会員の健康づくりや生きがいづくりを進めています。
毎日をいきいきと過ごすために、すこやか沼津に参加してみませんか。
対象 概ね60歳以上の人
※加入方法等の詳細は、お問い合わせください。
問 **長寿福祉課（生きがい推進係）** ☎055・934・4834

宝くじの助成金でコミュニティ備品を整備

地域コミュニティ活動の充実・強化を図るため、宝くじの社会貢献広報事業を活用して、原・門池・静浦の各コミュニティに備品を購入しました。
問 **地域自治課（地域振興係）** ☎055・934・4716

わた菓子機

沼津市水道事業及び下水道事業経営審議会委員

任期 委嘱日から2年間
応募資格 市内に住む18歳以上の人
公募人数 3人
選考方法 「水道事業及び下水道事業について思うこと」をテーマとした小論文（800字程度）及び面接
応募方法 履歴書と小論文を水道部庁舎2階水道総務課に直接または郵送
応募期間 9月22日㈭～10月21日㈮（必着）
申問 **水道総務課（経営係）** 〒410-8601　沼津市役所 ☎055・934・4862

「千本賞」候補者

青少年の健全育成等に資することを目的とし、青少年の模範となる個人や団体を募集します。
対象 市内に住むか通勤・通学する20歳未満の個人または団体
応募期限 10月7日㈮
※12月18日㈰に市民文化センター小ホールで表彰式を開催します。
※応募方法等の詳細は、お問い合わせください。
申問 **沼津千本ライオンズクラブ** ☎055・963・0250
問 **生涯学習課（青少年係）** ☎055・934・4871

お知らせ

市税納付の夜間相談窓口

とき 10月4日㈫、17時15分～19時
ところ 市役所2階納税管理課
問 **納税管理課（納税推進係）** ☎055・934・4732

国民健康保険料納付の休日・夜間相談窓口

休日 9月25日㈰、9時～12時
夜間 10月4日㈫、17時15分～19時
ところ 市役所1階国民健康保険課
問 **国民健康保険課（収納係）** ☎055・934・4727

水道料金納付の夜間相談窓口

とき 10月4日㈫、17時15分～20時
ところ 水道部庁舎1階水道サービス課
問 **水道サービス課（料金係）** ☎055・934・4853

子宮頸がん・乳がんの予防について

子宮頸がんは20～30歳代、乳がんは40～50歳代の女性に急増しています。いずれも初期には自覚症状がほとんどなく、がんが進行し、治療が遅れると様々な後遺症が残る可能性があります。定期的に検診を受け、早期に発見することが重要です。
市では、子宮頸がん・乳がん検診を対象者に実施しています。まだ受診していない人は早めに受診しましょう。

検診	対象
子宮頸がん	20歳以上の女性
乳がん（2年に1度）	40歳以上の女性

受診期限 10月31日㈪（クーポン対象者は12月末日まで）

◆ブレスト・アウェアネスを知っていますか

ブレスト・アウェアネスとは、普段から自分の乳房の状態に関心をもち、乳房を意識した生活をすることです。入浴時や着替える際に、自身の乳房をチェックする等、ブレスト・アウェアネスを心掛け、少しでも異変を感じたら、すぐに検診を受けましょう。
問 **健康づくり課（保健センター）** ☎055・951・3480

新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載内容が変更となる場合があります。行事等の開催の有無については、主催者にお問い合わせいただくか、市ホームページのイベント中止・延期情報をご確認ください。

ジェネリック医薬品に関するお知らせを発送します

国民健康保険加入者で、ジェネリック医薬品に切り替えることにより、薬代が安くなる人を対象に、9月下旬に案内はがきを郵送します。この機会に医師、薬剤師と相談し、ご検討ください。
対象 年齢や対象となる薬剤、金額、処方期間等の条件に該当する人

問 **国民健康保険課（給付係）** ☎055・934・4725

秋の全国交通安全運動

9月21日㈬～30日㈮の期間、秋の全国交通安全運動を実施します。今回の運動は、次の項目を重点とします。
・子供と高齢者を始めとする歩行者の安全確保
・夕暮れ時と夜間の歩行者事故等の防止及び飲酒運転の根絶
・自転車の交通ルール遵守の徹底
・交差点の交通事故防止

問 **生活安心課（交通・防犯対策係）** ☎055・934・4742

電動キックボードを活用した社会実験を実施します

対象エリア内の7カ所のポートに15台の電動キックボードを設置し、シェアサービスを提供します。最高時速15キロでゆったり、楽しくまちなかを移動しましょう。
実施期間 9月17日㈯～10月16日㈰、6時～18時
ところ 沼津駅南口～沼津港入り口の対象エリア
利用方法 ライン公式アカウントから登録
※詳細は、ライン公式アカウントまたは市ホームページをご覧ください。
問 **まちづくり政策課（交通政策室）** ☎055・934・4759

LINE公式アカウント

広報ぬまづ 検索

外国人のための総合生活相談会

とき 10月23日㈰、13時30分～16時（受付は13時～15時30分）
ところ サンウェルぬまづ中会議室他
内容 法律問題、労働問題、入管手続き、国際結婚等の相談、行政業務案内
対象 外国人またはその関係者
協力機関 静岡県行政書士会、静岡県弁護士会、静岡県社会保険労務士会
通訳体制 英語、スペイン語、中国語、ポルトガル語、その他テレビ通訳による対応あり
申込方法 10月21日㈮、17時までに直接または電話で
※空き状況により、当日の受付も可能です。相談に関する資料を持参してください。
申問 **地域自治課（多文化共生係）** ☎055・934・4717

不動産の無料相談会

とき 10月7日㈮、10時～16時（受付は15時30分まで）
ところ 沼津労政会館第2会議室（高島本町）
内容 鑑定評価、価格、賃料、その他不動産に関する相談
相談員 不動産鑑定士
※当日、直接会場へどうぞ。
問 **公益社団法人静岡県不動産鑑定士協会** ☎054・253・6715
問 **まちづくり指導課（開発指導係）** ☎055・934・4761

市民伝言板

このコーナーの催しは参加無料です。詳細は、お問い合わせ下さい。

司法書士による手続支援のための養育費相談会

養育費に関する電話相談会を開催します。
とき 9月25日㈰、10時～16時
専用ダイヤル（フリーダイヤル） ☎0120・567・301
問 **静岡県青年司法書士協議会　片岡さん** ☎054・631・5175

行政書士無料相談会

とき 10月19日㈬、10時～15時
ところ 沼津商工会議所2階（米山町）
相談内容 農地法、都市計画法、建設業他許可、相続、会社設立他
※当日、直接会場へどうぞ。
問 **静岡県行政書士会沼津支部　小関さん** ☎055・941・7680

望月章司 個展「気分は上々」

農業を生業にしている作家の望月章司の「生」をテーマとした作品展です。10月8日㈯にはトークセッションも行います。
とき 10月1日㈯～30日㈰の土・日曜日、祝日、13時～17時（最終日は15時まで）
ところ DHARMA沼津（市場町）
問 **EN代表　佐藤さん** ☎090・3685・9332

ワンポイント手話講座 手話で表現しよう

今回は、「覚える」「忘れる」を紹介します。
※詳細は、市公式ユーチューブをご覧ください。

市公式 You Tube

問 **障がい福祉課（支援係）** ☎055・934・4830 FAX055・934・2631

覚える

右手をこめかみの横に下ろしながら握る

忘れる

右手を頭の横で握り、その手を後ろ向きに開く