### プラザンウェル エル ーンウィ ぬまづ×千本

**ー**ク

十本浜ファミリーマラソン大会

ح

き

月13日回、8時から(小雨決行)

と き ラリーにも挑戦できます。 ゼントがもらえます。 らかの窓口に見せると、先着順でプ してお菓子をゲット なお、 さらに、 ハロウィ - スを開設します。記念撮影を サンウェルぬまづではクイズ 両施設で撮った写真をどち ンにあわせて両施設にフ しましょう。

※詳細は、 **過サンウェルぬまづ** まで参加できます。 側 人につき1回



と き 第50回まちなか寄席沼津笑劇場ワッハ 11月6日(1)

大手町会館 開演14時

ところ

チケット 入場料 前売り券=2千円、 大手町会館、沼津商工会議所 200円(未就学児入場不可) または事前予約 当日券=2

催

10月24日月~31日 10時~ , 15 時

⊕千本プラザ **2**055 · 922 · 2020 お問い合わせください。

**☎**055 · 962 · 3313

入船亭辰ぢろ

◎NPO法人まちづくりセンターぬまづ て当日会場で支払い

**2**090 · 8180 · 7104

●商工振興課(商工係)

**2**055 · 934 · 4748

### 健康マラソン 3 km 9時~9時30分 6 km 8時~8時30分 ところ 千本浜防潮堤

がなく、 市内に住むか通勤・ 大会1週間前から体調不良等 (年齢制限なし) 健康で完走できる人 通学する

※受付での混雑を避けるため、 ※当日、直接千本浜公園駐車場へどうぞ。 書は市ホー 影 ハして持参してください。 ムページからダウンロード 予め申込

※児童・生徒の参加は、保護者の承諾

が必要です。 ツ傷害保険等に加入して

※詳細は、 ムページをご覧ください。 お問い合わせいただくか、

®NPO法人沼津市スポー - ツ協会

⑩ウィズスポーツ課(市民スポーツ係) **2**055 · 934 · 4875 **3**055 · 922 · 7200

# 講座・教室

大人のフェンシング体験講座 トフェンシングとフェンシ

> とができます リンピアンから直々に教えてもらうこ グの2回1セットの体験講座です。

> > ※詳細は、お問

い合わせください。

は専用フォ

上で

⊕®地域自治課(協働推進係)

**2**055 · 934 ·

4807

₹ 日出、17時30分~ ①11月11日金·18日金、 20 時 30 ) 19 時

ところ F3 BASE(B->-沼津3階)

持ち物 飲み物、 10人(申込多数の場合は抽選) ェンシングアカデミー タオル、 室内用運動靴

> ところ と き 田·徳川

市立図書館視聴覚ホー 12月17日出、13時30分

川雄さん(歴史研究者)

①11月4日金② 26日出までに専 ーム で



### ⊕⑩ウィズスポーツ課(スポーツ交流係) 用フォ・

**2**055 · 934 · 4843

⊕過歴史民俗資料館

たは電話で

**1**055.

932 · 6266

### り続けるまちへ「わたし」と「あた にし」と「あなた」がつくのまちづくりセミナー

する」方法論~ **〜持ち味を活かして「暮らしを創造** 

と き

11月23日紀、13時~16時

ちづくりスタディセッション」第5回「心身ともに健康なま

**蒸**055・934・2436

と き 皆さんと一緒に考えます 減少が進む中、 全国的に避けることができない人口 いくために目指す地域のかたちを 11月28日頃、 私たちが豊かに暮らし

ところ 市民文化センタ 15 時

大会議室

申込方法

受講料 定員

30人(先着順)

時から電話また 9

専用フォーム

13

天野浩史さん(NPO法人E

SUNE共同代表) 

長良円さん 高校生以上の 分②12月3日出·10 (アスルクラロフ -代表) 19 時

戦国期の駿河湾と沼津」歴民講座「水軍から見た

戦国時代に駿河湾地域で活動した武

・北条水軍について学びます。

15時30分

### 

10月25日以、9時から住所、

〇〇人(先着順)

氏名、電話番号をファクスま

定講

ところ プラサヴェルデコンベンショ ル B

基調講演「健康なまちづくり」

近藤克則さん 医学センター教授) (千葉大学予防

200人(先着順) 1500円(資料代他) 月22日出、8時から電話で

⊕◎NPO法人静岡県傾聴ボランテ ィアネットワーク 中野さん **2**090 · 8045 · 4323

◎健康づくり課(保健センター)

## 講座・講習会・講習会・ 人材センタ

### \*\*・そば打ち講座

月2日 3分~16時30分(全6回) 月4日~ >16日の金曜日、13 ロ~18日の金曜日、 13 時

高齢者就業センター ス桜他(千本プラザ内) 交流スペ

市内に住む概ね55歳以上のそば打

12人(先着順) ち未経験者で全回受講できる人

3千円(材料費)

申込方法 ⇒シニア向けパソコン中級講習会 10月25日以、 9時から電話で

ところ ح ₹ 高齢者就業センター研修ルー 16時(全3回) 17日(大) 9時~

ム海(千本プラザ

内 と こ ろ

片浜地区センター

交流・研修室

10時~11時15分(全4回)

体操初心者向けの無理なく取

り組める運動

象

市内に住む65歳以上で、医師か

30人(申込多数の場合は抽選)

ら運動を禁止されていない人

と き

:月25日~12月16日の金曜日

いきいき体操教室

■ Syouhuku@city.numazu.lg.jp

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、基本的な感染対策に加え、主催者の定めたルールに従って行事等

-ド・エクセルの基本操作と応

市内に住む概ね55歳以上で全回参加 できる人(昨年度受講した人を除く) インタ -ネットの使い方他

15人(申込多数の場合は抽選)

10月25日以、17時までに電話で 人材センター

❶●静岡県総合健康センター

シン

月4日蛍、

17時までに電話で

スポーツ(株)

**3**055 · 934 · 4834 ◎長寿福祉課(生きがい推進係)

●長寿福祉課(高齢者支援係)

4835

**2**055 · 973 · 7000

に参加するようにお願いします。

ミントン教室いのある人のための いずれも18時30分~11月18日~12月9日 12月9日の金曜日 時30分

勤労者体育センタ

市政ふれあい バス

集と 合き 9時20分までに市役所玄関前11月9日例、9時30分~16時 9時30分~16

手帳の 市内に住むか通勤・通所して 20人(申込多数の場合は抽選) 回参加できる-帳または精神障害者保健福祉 いる身体障害者手帳、 いずれかを持つ人で全 療育手 参 定 対加 料 員 象

クリーンセンター、

邸記念公園(菊華展)、

(2)、南部浄沼津御用

※改正(案)骨子や意見送付方法等の **募集期間** 10月25日似~11月24日は ブリック・コメントを募集します。

化センター、静浦バイパス

11月4日 金までに電話、 120円(保険料)

持ち物

飲み物、昼食、筆記用具

50円(保険料)

20人(申込多数の場合は抽選)

市内に住む人

詳細は、

市役所5階まちづくり指

導課、2階生活安心課、

各市民窓

広報ぬまづ

口事務所

市立図書館、市ホ

参加料

⊕ 億 節 がい 福祉課 (支援係) **脳055・934・2631 10055 · 984 · 4880** 

> 電話番号を明記してはがきで郵 「市政ふれあいバス」、住所、氏名

※はがき、 10月31日月(必着) 送、ファクスまたはメールで ファクス、

〒410-8601 沼津市役所 〒410-8601 沼津市役所 通につき1 人の申し込みです。 ルいずれも

**殿055·934·2593 3**055 · 934 · 4700

ح

(案)のパブリック・コメン.沿津市排水機場長寿命化計| ■ Soudan@city.numazu.lg.jp

※計画(案)や意見送付方法等の詳纂集期間 10月17日側~11月15日処 ノリック・コメントを募集します。 細は、 生活安心課、各市民窓口事務所 市民の皆さんの意見を伺うため、 市役所6階河川課、2階

⊕河川課(管理係) ご覧いただけます。 市立図書館、 **2**055 · 934 · 4786 市
ホ ムページで 広報ぬまづ

(案)骨子のパブリック・コメント等の規制に関する条例の一部改正沼津市土砂等による土地の埋立て

市民の皆さんの意見を伺うため、

4795

**2**055 · 934 · 4761

過まちづくり指導課(開発指導係)

ページでご覧いただけます。

ワクワクデイキャンプ親子で心の根っこを育む

楽しみながら、親子で過ごしてみませんか。 市民の森の大自然の中でデイキャンプを 11月23日祝、 10時~ 12時30分

ところ 子育て応援サー 市民の森第2広場(西浦河内) (小雨決行) クル れいちごメ

学校教員) 内藤正臣さん(元小

15組程度(申込多数の場合は抽選) 小学校4年生とその保護者

定 対

持 ち 加料 飲み物、タオル、レジャ1人500円(材料費他) 軍手、雨具、 保険証、

教室名、参加者全員の住所 を明記-氏名、年齢(学年)、 または専用フォ 軽食、着替え等 して往復はがきで郵送 ムで 電話番号

〒41 - 8601 沼津市役所 - 210 - 8601 沼津市役所 - 210 - 21 

※動きやすく、

汚れてもよ

11月1日以(必着)

い服装でご参加ください。