

お知らせ

保健センター
インフォメーション

健康づくり課
055-951-3480

HIV(エイズ)・梅毒・肝炎ウイルスの検査

検査は匿名かつ無料で受けることができます。

とき 月3回火曜日

ところ 県東部保健所(高島本町)

申込方法 電話で(予約制)

※日程等の詳細は、お問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

県東部保健所地域医療課

055-920-2109



詳細はこちら

5月31日は世界禁煙デー



5月31日～6月6日は禁煙週間です

Q.たばこの煙にはどんなリスクがありますか。

A.喫煙者本人だけでなく、家族などにもがんや虚血性心疾患、乳幼児突然死症候群のリスクが高まります。

Q.加熱式たばこには害がありますか。

A.紙巻きたばこと同様にニコチンに依存する状況は変わらず、健康に悪影響を及ぼす可能性も否定できません。

自身の健康だけでなく家族などの健康を守るためにも、この機会に禁煙してみませんか。

今年の沼津市健康診査は6月12日(月)～10月31日(火)です

対象者には「沼津市健康診査受診券」を6月上旬に発送します。受診券が届かない人で受診を希望する場合は、保健センターまでご連絡ください。健診期間の後半は混雑が予想されますので早めの受診をお願いします。

※健診実施医療機関等の詳細は、広報ぬまづ6月1日号と同時配布の「特定健診・がん検診のご案内」または市ホームページをご覧ください。

子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券

下記の対象者に、無料クーポン券を6月上旬に発送します。この機会に受診しましょう。

◆子宮頸がん検診(頸部のみ)

対象 21歳(平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれ)の女性

◆乳がん検診

対象 41歳(昭和57年4月2日～昭和58年4月1日生まれ)の女性

講座・教室

気軽にチャレンジ
運動講座参加者募集

ウイズスポーツ課
055-934-4893

自分の体力に合わせて受講できる、様々なチャレンジ運動講座をご用意しました。この機会に身体を動かしてリフレッシュしませんか。

講座名	とき	内容	運動レベル	ところ	講師
リフレッシュヨガ	6/9(金)	ストレッチポールで身体をほぐし、心身をリフレッシュ	初級	原地区センター	菊地志保
DISCO WORLD	6/15(木)	ディスコソングでダンスフィットネス	中級	今沢地区センター	伊海愛望
まんてん椅子ヨガ	6/20(火)	慢性的な疲れ、ストレス解消	初級	大岡地区センター	渋田有香
姿勢改善で代謝UP!	6/24(土)	ストレッチポールを使って、姿勢と体の痛みを改善	初級～中級	金岡地区センター	田中沙季
美尻トレーニング	6/29(木)	簡単にできるお尻トレーニング	初級～中級	第二地区センター	内村由希子

時間 19時15分～20時15分(姿勢改善で代謝UP!は10時～11時)

対象 市内に住むか通勤・通学する18歳以上の人(高校生を除く)

定員 各24人(先着順)

参加料 各350円

持ち物 飲み物、タオル

申込方法 5月29日(月)、10時から専用フォームで※講座によりヨガマットまたはバスタオル、室内用運動靴、フェイスタオルが必要です。受付完了メールをご確認ください。

※傷害保険に加入の上、参加してください。

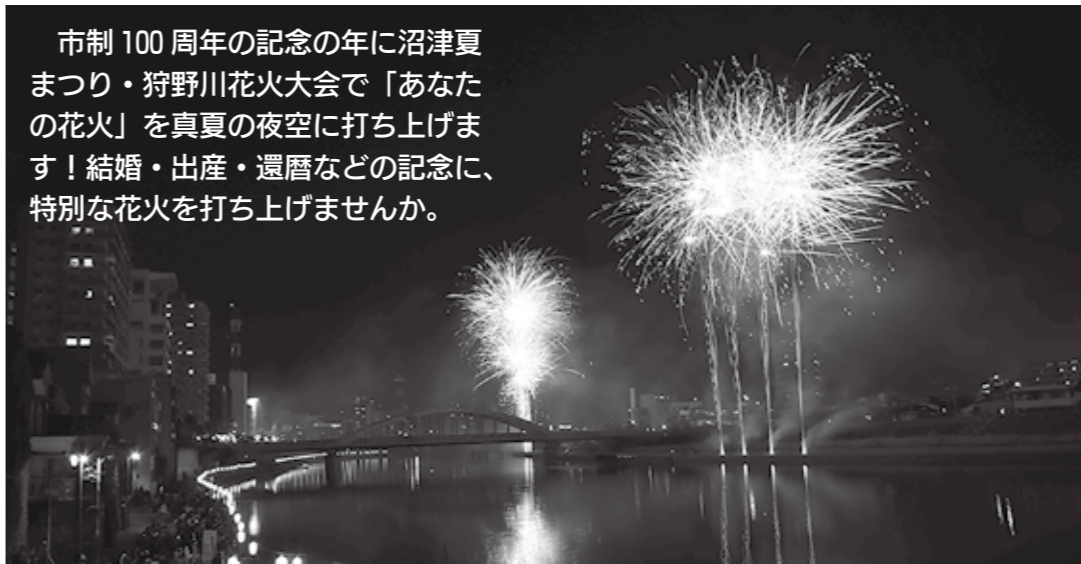


専用フォーム

募集

沼津夏まつり・狩野川花火大会
協賛者募集

観光戦略課
055-934-4879



市制100周年の記念の年に沼津夏まつり・狩野川花火大会で「あなたの花火」を真夏の夜空に打ち上げます!結婚・出産・還暦などの記念に、特別な花火を打ち上げませんか。

とき 7月29日(土)・30日(日)(雨天の場合は順延)

種類 創作早打ち = 55,000円
スターメイン = 1台110,000円
中スターメイン = 1台165,000円
大スターメイン = 1台220,000円

特典 ・観覧席券の進呈
・パンフレットへの名前の掲載
・会場でのアナウンス

申込方法 6月5日(月)までに電話で
※電話受付後、必要書類を発送します。

沼津夏まつり実行委員会花火部事務局
(観光戦略課内) 055-934-4879

狩野川花火大会の開催の可否については、当日、市公式フェイスブック等でお知らせします!



詳細はこちら



たくさんの店舗が提供するフード・ドリンクメニューのほか、JAZZの演奏なども行われます。初夏の風を感じながら、開放感溢れる「ぬまづ港の街BAR」をお楽しみください。



とき 5月27日(土)、8時～21時
ところ 沼津港、宮町、魚町、本町、JR沼津駅南口商店街(あげつち、アーケード名店街、新仲見世、仲見世、大手町)

チケット 1冊(5枚綴り)前売券=4千円、当日券=5千円

※前売券は、株式会社魚健(千本港町)や参加店舗などで販売しています。

※チケット1枚とバルメニュー1つを引き換えることができます。

無料臨時シャトルバス運行時間
9:00～21:00(約30分間隔で運行)



最終便のご案内
沼津港...21時発

ぬまづ港の街BAR 実行委員会(株式会社魚健内) 055-963-0902

催し

第15回ぬまづ港の街BAR(バル)



詳細はこちら

観光戦略課

055-934-4747