



『子育て安心 明るく未来のまち』
子育ての輪！



お問い合わせは
各電話番号へ

子育て 保育士があそびのお手伝い 「おひさま広場」においてよ

とき 令和7年1月19日(日)、10時～12時(雨天中止)
ところ 北部保育所園庭
対象 子供とその保護者
※駐車場には限りがあります。
※汚れてもよい服装で、当日、直接会場へどうぞ。
☎沼津っ子供れあいセンター「ぼっぼ」
☎055-952-8077

子育て 千本プラザ赤ちゃんDAY リトミック&コンサート

音楽に合わせて親子で身体を動かそう。聖隷沼津病院小児科医による講話・質問コーナーも開催。
とき 令和7年1月23日(木)、10時30分～11時30分
ところ 集会室
対象 1歳未満の乳児とその保護者
定員 25組(先着順)
申込方法 12月23日(月)、11時から専用フォームで
☎千本プラザ ☎055-962-3313
☎長寿福祉課 ☎055-934-4834

募集 君の一筆が未来を照らす！ 明るい選挙啓発習字作品

募集作品 明るい選挙を呼び掛けることを表した習字(学年ごとに課題の字句あり、1人1点)
対象 市内に住むか通学する小・中学生
応募方法 学校を経由または市役所7階選挙管理委員会事務局に直接
応募期限 令和7年1月15日(水)
※応募規格、字句等の詳細は、市ホームページをご覧ください。
☎選挙管理委員会事務局 ☎055-934-4815

講座教室 初級者から上級者まで楽しもう！ ジュニアスキー教室

とき 令和7年3月8日(土)(小雨決行)
ところ サンメドウズ清里スキー場(山梨県北杜市)
集合 5時20分に沼津東高校(岡宮)
対象 小学校3年生～中学生とその保護者(経験者は小学2年生でも可)(保護者の同意があれば子供のみ参加可)
定員 38人(先着順)
参加料 子供16,000円、大人13,000円(交通費他)

講座教室 青少年教育センター公開講座 「そよかぜ」

青少年の健やかな心身の発達を援助するため、専門家による講座を開催します。
とき 令和7年1月23日(木)、10時～11時30分
ところ 青少年教育センター
演題 ことばの発達と発音～小学校入学前後に見られることばのつまづきについて～
講師 木内園子さん(言語聴覚士)
対象 子供を持つ保護者
定員 30人(先着順)
申込方法 12月23日(月)、9時から電話または専用フォームで
※託児はありません。
☎青少年教育センター ☎055-951-3440

子育て それいけ!アンパンマン ミュージカル 「おもちゃの国とみんなのたからもの」

「それいけ!アンパンマン」がミュージカルになってやってくる!みんな、会いにきてね!
とき 令和7年3月9日(日)、①開演11時30分②開演15時
ところ 市民文化センター大ホール
入場料 3,600円(全席指定、2歳以下は1人までひざ上鑑賞可(座席が必要な場合有料))
チケット 1月18日(土)から市民文化センターチケットコーナー、イーストン、チケットぴあ、ローソンチケット、イープラスで発売
☎市民文化センター ☎055-932-6111
☎文化振興課 ☎055-934-2561

講座教室 地域スポーツで指導している人、これから指導したい人、保護者に向けた講座です。興味・関心に応じて希望の講座を受講することができます。

とき 令和7年1月25日(土)
ところ 市民文化センター大ホール
入場料 3,600円(全席指定、2歳以下は1人までひざ上鑑賞可(座席が必要な場合有料))
チケット 1月18日(土)から市民文化センターチケットコーナー、イーストン、チケットぴあ、ローソンチケット、イープラスで発売
☎市民文化センター ☎055-932-6111
☎文化振興課 ☎055-934-2561

内容	①コンディショニングストレッチ	②防災のこころ知ろうDAY	③千本プラザから春の調べ	④コア・ウォーキング教室	⑤タイルクラフトワークショップ
とき	令和7年1/28(水)	2/1(土)	2/16(日)	2/20(木)	2/24(月)
時間	14:00～15:30	9:30～11:30	14:00～15:00	14:00～15:30	14:00～15:30
ところ	多目的ホール	駐車場、多目的ホール	音楽ホール	多目的ホール	図画工作室
講師	眞野知美さん(健康運動指導士)	沼津市役所危機管理課・水道部職員	フルーツ&ピアノトリオ(齊藤誠さん、織田茂伸さん、伊藤早紀さん)、ミッフィーフルーツ弦楽アンサンブル	船川雄央さん((一社)全日本ノルディック・ウォーク連盟インストラクター)	作山知佐さん(タイルコーディネーター)
対象	30歳以上の人	小学校4～6年生とその保護者	小学生以上の人	18歳以上の人(高校生を除く)	小学生以上の人(小学生は保護者同伴)
定員	30人	50人	200人	20人	15人
持ち物	飲み物、タオル、バスタオル、運動できる服装、運動靴	-	-	飲み物、タオル、運動できる服装、運動靴	エプロンまたは汚れてもよい服装、材料費1,000円
申込期限	1/14(水)、17時	1/18(土)、17時	2/2(日)、17時	2/6(木)、17時	2/10(月)、17時
専用フォーム					

◆いずれも
※申込は専用フォームからで、①③④⑤は電話でも申込できます。
※申込多数の場合は抽選です。
※雨天の場合、②は一部体験中止です。

地域スポーツで指導している人、これから指導したい人、保護者に向けた講座です。興味・関心に応じて希望の講座を受講することができます。

とき	講座	とき	講座
令和7年1/25(土)	① 地域スポーツクラブの未来と思春期の子育て	2/16(日)	① スポーツにつながるウォーミングアップ 実技
	② 地域スポーツクラブの未来と指導者の役割		② スポーツにつながる筋力トレーニング 実技
1/26(日)	① 「バタンク」を体験しよう 実技	2/22(土)	① 身体構造の基礎～筋力を中心に～
	② 世界で楽しめる「カントリーライン・ダンススポーツ」 実技		② スポーツが心身に与える影響
2/1(土)	① スポーツ心理学から考える子供の発育発達	3/8(土)	① スポーツ用具の維持管理
	② 子供のやる気を引き出すメンタルトレーニング		② チームビルディング 実技 ～個人と集団が輝くチーム作り～
2/15(土)	① スポーツと栄養 バランスを整えるポイント	3/9(日)	① いざというときのために知っておきたい急性傷害への対処法 実技
	② スポーツと遺伝子の話		② 怪我をしない身体作りに欠かせない体幹トレーニングのコツを知る 実技

時間 ①15時～16時30分②16時40分～18時10分
ところ 香陵アリーナ
定員 各20人(先着順)
参加費 各500円
申込方法 12月23日(月)、9時～1月22日(水)、17時に電話または窓口に直接
※空き状況により当日の受付も可能です。
※実技講座は運動のできる服装でお越しください。
※詳細は、ホームページをご覧ください。
☎香陵アリーナ ☎055-928-5231

events 催し

千本プラザ
春のイベント
詳細はこちら

☎千本プラザ ☎055-962-3313
☎長寿福祉課 ☎055-934-4834

lectures&classes 講座・教室

スポーツ・クリニック
子育て世代の保護者と指導者へ
☎ウィズスポーツ課 ☎055-934-4893