サンウェルぬまづ「リフレッシュヨガ」～託児付き講座～

日頃の疲れや緊張をヨガの動きでほぐしてストレスを低減し、心身をリフレッシュしませんか。

とき 7月3日㈭・24日㈭、10時～11時20分(全2回)
ところ サンウェルぬまづ多目的ホール
講師 菊地志保さん（ヨガインストラクター）
対象 医師から運動を制限されていない両日参加できる人
定員 20人(先着順)
持ち物 飲み物、タオル
申込方法 6月10日㈫、10時から電話で
※運動のできる服装でお越しください。
※託児は6カ月～3歳の子供が対象です。託児希望の人は子供の氏名、年齢をお知らせください。
※詳細は、ホームページをご覧ください。
申問 **サンウェルぬまづ** ☎055・922・2020

ホームページ

問 **福祉企画課** ☎055・934・4824

セカンドライフ講座「久保ひとみさんから学ぶ地元から愛される秘訣」

静岡のご当地CMにも多数出演中のタレント久保ひとみさんを招いて、地元から愛される秘訣(ひけつ)と定年後も人生を楽しむコツを学びます。

この機会にセカンドライフについて一緒に考えてみませんか。

とき 7月4日㈮、13時30分～15時30分
ところ サンウェルぬまづ多目的ホール
対象 市内に住むか通勤する概ね(おおむね)50歳以上の人
定員 150人(先着順)
申込方法 6月9日㈪～27日㈮、電話または専用フォームで
申問 **沼津市社会福祉協議会** ☎055・922・1500

久保ひとみさん

専用フォーム

問 **長寿福祉課(高齢者支援係)** ☎055・934・4866

募集

公共事業評価監視委員会委員

公共事業の評価手続をチェックする委員会の委員を募集します。

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 2人
選考方法 「沼津市の公共事業について感じること」をテーマとした小論文(800～1200字)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 6月6日㈮～7月7日㈪(必着)
申問 **建設デザイン政策課** 〒410-8601 沼津市役所
☎055・934・4882
✉kdesign@city.numazu.lg.jp

ゆめとびら舟山運営審議会委員

任期 8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 「ゆめとびら舟山の運営について考えること」をテーマとした小論文(800字程度)及び面接
応募方法 履歴書と小論文を郵送またはメールで
応募期限 6月30日㈪(必着)
申問 **生涯学習課(青少年係)** 〒410-8601 沼津市役所
☎055・934・4871
✉syo-gakusyu@city.numazu.lg.jp

芹沢光治良記念館懇話会委員

任期 9月15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 1人
選考方法 「利用者から見た芹沢光治良記念館」をテーマとした小論文(千字程度)及び面接
応募方法 履歴書及び小論文を直接、郵送またはメールで
応募期限 7月31日㈭(必着)

申問 **芹沢光治良記念館** 〒410-0823 我入道蔓陀ヶ原517-1
☎055・932・0255
✉kojiro@city.numazu.lg.jp

市民ボウリング夏季大会参加者

とき 7月6日㈰、9時から
ところ ジョイランドボウル原(原町中)
対象 市内に住むか通勤・通学する人で、市内のボウリング場を利用したことがある人
定員 60人(先着順)
参加料 2千円(1人3ゲーム)
申込方法 6月10日㈫、10時～7月1日㈫、17時に電話または住所、氏名、電話番号を明記してファクスで
※詳細は、お問い合わせください。
申問 **ジョイランドボウル原フロント** ☎055・968・2222 FAX055・968・2240
問 **沼津市ボウリング協会 金光さん** ☎090・5606・5153
問 **ウィズスポーツ課(市民スポーツ係)** ☎055・934・4875

お知らせ

市税納付の夜間相談窓口

とき 6月16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夜間相談窓口

とき 6月16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

国民健康保険加入の皆さん所得の申告はお済みですか

令和6年中に所得がなかった、または税法上所得の申告が必要ない人（遺族年金、障害年金などの非課税年金のみの人等）は、申告により保険料が軽減される場合があります。心当たりのある人は、6月13日㈮までに相談してください。なお、所得税・市県民税の申告を済ませた人、国民年金や厚生年金等を受給している人、勤務先から給与支払報告書が提出されている人は申告の必要はありません。

問 **国民健康保険課(賦課係)** ☎055・934・4726

国民健康保険 脳ドック受診費助成の申込を受け付けます

受診期間 7月1日㈫～令和8年3月31日㈫
対象 4月1日現在、40歳以上で令和6年4月1日以前から受診日まで継続して市の国民健康保険に加入しており、令和6年度までの保険料を完納している人
定員 300人(先着順)
助成金 4万円（自己負担額は、受診医療機関により異なる）
申込方法 市役所1階国民健康保険課に直接、電話または市ホームページにある専用フォームで（申込手続は、原則として本人または同一世帯員に限る）
申込期間 6月11日㈬～令和8年2月27日㈮
※詳細は、市ホームページをご覧ください。
申問 **国民健康保険課(給付係)** ☎055・934・4725

広報ぬまづ 検索

水道料金納付の夜間相談窓口

とき 6月10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

ぬまづ健康マイレージにチャレンジしてみませんか

「ぬまづ健康マイレージ」は、市民の皆さんや市内に通勤・通学する人の健康づくりを応援する事業です。

食事・運動・健診など、自分ができる健康づくりに取り組むことでポイントを貯めましょう。合計30ポイント貯めると「ふじのくに健康いきいきカード」と交換でき、県内の約1030店舗の協力店で様々な特典を受けられます。

また、達成者の中から抽選で景品をプレゼントします。

期間 6月2日㈪～令和8年2月20日㈮
対象 市内に住むか通勤・通学する人
申込方法 保健センターや各地区センター等にあるポイントシートに記載されたメニューを実践し、30ポイント貯めたシートを直接または郵送
※詳細は、市ホームページをご覧ください。
問 **健康づくり課(保健センター)** ☎055・951・3480

明治史料館の休館

くん蒸及び館内害虫駆除、展示復旧作業のため、休館します。

とき 6月19日㈭～30日㈪
問 **明治史料館** ☎055・923・3335

沼津市・富士市合同企業説明会

沼津市または富士市内に事業所がある企業約10社が参加します。服装自由で、企業の採用担当者と直接話をすることができます。

とき 7月1日㈫、13時～16時
ところ 富士市役所消防防災庁舎7階大会議室(富士市永田町)
対象 沼津市・富士市内の企業への就職や転職を希望する人
申込方法 6月24日㈫、17時までに市ホームページにある専用フォームで
※詳細は、市ホームページをご覧ください。
申問 **商工振興課(労働福祉係)** ☎055・934・4749

広報ぬまづ 検索

外国人のための総合生活相談会

生活で困ったことを弁護士などの専門家に相談できます。外国人のことで相談したい日本人も相談できます。

とき 6月29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、国際結婚等の相談、行政業務案内
対象 外国人及びその関係者
協力機関 行政書士、弁護士、社会保険労務士
通訳体制 英語、中国語、スペイン語、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 6月27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

介護支援専門員実務研修受講試験

試験日 10月12日㈰、10時～12時
試験会場 ふじさんめっせ(富士市柳島)、ツインメッセ静岡（静岡市駿河区)、静岡産業大学磐田キャンパス(磐田市大原)
試験案内 6月30日㈪まで市役所別館長寿福祉課または県東部健康福祉センター（高島本町）で配布
※詳細は、お問い合わせいただくか市ホームページをご覧ください。
問 **長寿福祉課(施設・指導係)** ☎055・934・4873

広報ぬまづ 検索