



びゅうおで お月見茶会



月と夜景を眺めながら、沼津港大型展望水門びゅうおで日本茶インストラクターが淹れた沼津茶とお茶菓子を味わいませんか。

と き 10月5日(日)、①17時②17時30分③18時④18時30分⑤19時(雨天決行)

定 員 各20人(先着順)

※当日16時から港口公園側入口で整理券を配付します。

※びゅうおの入館料(大人100円、小・中学生50円)がかかります。

◎沼津市茶業振興協議会(農林農地課内)

☎055-934-4751



沼津市公式LINE友だち募集中!

沼津の「いま」をお手元へ。あなたにぴったりの情報をお届け!
ぜひ友だち登録してご利用ください!



帯笑園 薩摩琵琶演奏会

薩摩琵琶の独特な音色をお楽しみください。
と き 10月4日(土)、19時～20時30分
ところ 帯笑園(原)
定 員 60人(申込多数の場合は抽選)
参加料 500円
申込方法 9月30日(火)までに、はがきに住所、氏名、電話番号を明記して郵送(必着)
※はがき1枚につき1人の申込です。
※抽選結果は電話で連絡します。
◎◎帯笑園保存会 大澤さん
〒410-0312 原1200-3原地区センター内
☎090-6761-3267(10時～16時)
◎文化財センター ☎055-935-5010

モン ミュゼ沼津 グアテマラ織りワークショップ

伝統的な技法でオリジナルの織物を編んでみましょう。
と き 10月18日(土)
時 間 14時～15時30分
ところ 沼津市民文化センター第3練習室
内 容 ①カード織りでストラップづくり
②枝織りでタペストリーづくり



沼津の文豪三者の軌跡をたどるバスツアー

芹沢光治良、若山牧水、井上靖に関連した各所を、ガイドとともにバスで巡ります。
と き 10月17日(金)、8時45分～13時
集 合 8時30分に沼津駅北口ロータリー
コース 沼津駅～妙覚寺～千本浜公園～若山牧水記念館～乗運寺～孤絶の碑～芹沢光治良記念館～中瀬町市営墓地～香貫山香陵台～沼津駅(解散)
定 員 20人(申込多数の場合は抽選)
参加料 500円(保険料他)
申込方法 10月5日(日)、16時30分までに電話または専用フォームで
◎◎芹沢光治良記念館 ☎055-932-0255

対 象 小学校4年生以上の人
定 員 各10人(申込多数の場合は抽選)
参加料 1,000円(材料費)
申込方法 10月3日(金)までに専用フォームで
◎◎モン ミュゼ沼津 ☎055-952-8711
◎文化振興課 ☎055-934-4812

麦わら細工の展示&ワークショップ 第2回「願いを編む」

◆麦わら細工展示
江戸時代から歴史ある麦わら細工の展示会を開催します。特有の艶と素朴な味わいのある麦わら細工の作品をご覧ください。
と き 10月4日(土)～28日(火)
時 間 9時～16時30分(最終入場16時)
ところ 西附属邸
入園料 大人410円、小・中学生200円(西附属邸観覧料を含む)
※期間中、直接会場へどうぞ。

◆編み細工ワークショップ
来年の干支「午」の編み細工を作ります。
と き 10月11日(土)・12日(日)・18日(土)・19日(日)、13時～15時
ところ 新主馬
定 員 各10人(先着順)
参加料 2,200円
申込方法 9月22日(月)から専用フォームで
※別途入園料(大人100円、小・中学生50円)がかかります。

栗名月の宴～海辺と月の能～

東附属邸庭園で繰り広げられる幽玄な能を鑑賞しませんか。
と き 10月24日(金)、18時～19時30分
ところ 東附属邸
内 容 辰巳満次郎さん(能楽師・重要無形文化財総合認定保持者)の能の実演と解説



定 員 ①特製御膳・土産付＝30人②土産付＝40人(いずれも先着順)
参加料 ①12,000円②6,000円
申込方法 9月22日(月)、9時～10月10日(金)、16時に電話または専用フォームで
※①は前日以後キャンセルした場合、費用を全額いただきます。

◎◎沼津御用邸記念公園 ☎055-931-0005

市民の皆さんによる自主的な芸術・文化の振興を図る場として、沼津市芸術祭を開催します。幅広い分野の活動成果を展示や公演でお楽しみください。



部 門	と き	時 間	と ころ	入 場 料
開会式	10/1(水)	10:00から	プラサヴェルデ市民ギャラリー	無 料
書道展	10/1(水)～5(日)	10:00～18:00(最終日は16:00まで)	プラサヴェルデ市民ギャラリー	無 料
茶 会	10/5(日)	9:30～14:30	沼津御用邸記念公園東附属邸	1,800円(2席)
芸術祭茶会 初めてのお茶会				800円(小学生・保護者)
合唱祭	10/5(日)	13:00から	市民文化センター大ホール	300円
写真展	10/10(金)～14(火)	10:00～17:00(最終日は15:00まで)	市民文化センター展示室	無 料
秋の舞踏会	10/12(日)	17:30から	市民文化センター小ホール	1,000円
美術展(洋画・日本画・水彩・版画等)	10/15(水)～19(日)	10:00～18:00(最終日は16:00まで)	プラサヴェルデ市民ギャラリー	無 料
演劇祭	10/18(土)	10:00から、14:00から	市民文化センター小ホール	無 料
沼津寄席	10/19(日)	13:00から	市立図書館視聴覚ホール	無 料
バレエパフォーマンス	10/19(日)	13:00から	市民文化センター大ホール	1,500円
郷土ふれあい太鼓	10/26(日)	13:00から	市民文化センター大ホール	無 料
邦楽祭	10/26(日)	13:00から	市民文化センター小ホール	500円
現代いけばな展	10/31(金)～11/2(日)	10:00～17:00(最終日は16:00まで)	市民文化センター展示室	無 料
クライネムジークコンサート	11/1(土)	13:30から	市民文化センター小ホール	1,000円
音楽の広場	11/2(日)	13:00から	市民文化センター大ホール	300円
日本舞踊祭	11/9(日)	13:00から	市民文化センター小ホール	2,000円
新舞踊祭	11/15(土)	11:30から	市民文化センター小ホール	500円
文 芸	入賞者発表	10/10(金)	投稿者には郵送で通知します。	
	ぬまづ文芸発刊	11/16(日)	1冊1,000円で販売します。	
表彰式・閉会式	11/16(日)	14:00から	プラサヴェルデコンベンションホールA	無 料

◎沼津市芸術祭開催委員会 ☎070-4461-5882、070-6534-2663(平日、13時～16時30分)



運動でリフレッシュ！ 身体を動かして健康な毎日！

お問い合わせは
各電話番号へ

千本浜ファミリーマラソン大会

と き 11月9日(日)、8時から(小雨決行)
ところ 千本浜防潮堤
種 目 ①競走の部②ファミリーマラソンの部
対 象 ①中学生以上の人②健康で完走できる人
参加料 ①300円(ゼッケン代)
申込方法 ①10月13日(木)までに市ホームページにある専用フォームで②当日会場に、市ホームページにある申込書を持参(会場での記入も可)
※幼児・児童・生徒の参加は、保護者の承諾が必要です。
※自身で傷害保険に加入の上、参加してください。
※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。
㊦㊦ウィズスポーツ課 ☎055-934-4875
㊦㊦NPO法人沼津市スポーツ協会 ☎055-955-7110

気軽にチャレンジ運動講座

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	ところ	内 容	運動レベル
① 夏のダメージをリセット	10/3(金)	金岡地区センター	ストレッチ用ボールで体幹をケアし、ヨガで呼吸を改善	初級～中級
② やさしいヨガ	10/4(土)	第五地区センター	体の硬い人にも安心してできるヨガ	初級
③ からだスッキリ	10/7(火)	第二地区センター	ストレッチ用ボールで身体をほぐそう	初級～中級
④ ポールピラティス	10/10(金)	第三地区センター	ストレッチ用ボールを使って背骨を動かそう	初級～中級
⑤ バレエエアロ	10/15(水)	浮島地区センター	バレエのステップを取り入れたエアロで脂肪燃焼	中級
⑥ お尻と脚エクササイズ	10/16(木)	大平地区センター	骨盤を引き締め、ヒップアップさせるエクササイズ	初級～中級
⑦ ノルディックウォークの歩き方とエクササイズ	10/22(水)	愛鷹地区センター	ノルディックポールを使って楽しくウォーク&エクササイズ	初級
⑧ セラバンドエクササイズ	10/24(金)	片浜地区センター	セラバンドを使って体幹部の筋力強化	中級
⑨ リンパデトックスヨガ	10/28(火)	第一地区センター	身体改善を目指すヨガ	初級～中級
⑩ メンテナンスストレッチ	10/30(木)	原地区センター	骨盤調整と効果的なストレッチ	初級

時 間 19時15分～20時15分(②⑦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

大人向けフェンシング体験講座

オリンピックによる直接指導のもと、本格的なフェンシングを体験できます。初めての人も安心して参加できるレッスンです。
と き 10月24日(金)、19時～21時
ところ F 3 B A S E (大手町)
対 象 市内に住むか通勤・通学する高校生以上の人
講 師 長良円さん(アスルクアラフェンシングアカデミー代表)
定 員 10人(申込多数の場合は抽選)
持ち物 飲み物、タオル、室内用運動靴、薄手のスポーツウェア
申込方法 9月16日(火)～10月10日(金)に専用フォームで
㊦㊦ウィズスポーツ課 ☎055-934-4843

気軽にチャレンジ運動講座

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	ところ	内 容	運動レベル
① 夏のダメージをリセット	10/3(金)	金岡地区センター	ストレッチ用ボールで体幹をケアし、ヨガで呼吸を改善	初級～中級
② やさしいヨガ	10/4(土)	第五地区センター	体の硬い人にも安心してできるヨガ	初級
③ からだスッキリ	10/7(火)	第二地区センター	ストレッチ用ボールで身体をほぐそう	初級～中級
④ ポールピラティス	10/10(金)	第三地区センター	ストレッチ用ボールを使って背骨を動かそう	初級～中級
⑤ バレエエアロ	10/15(水)	浮島地区センター	バレエのステップを取り入れたエアロで脂肪燃焼	中級
⑥ お尻と脚エクササイズ	10/16(木)	大平地区センター	骨盤を引き締め、ヒップアップさせるエクササイズ	初級～中級
⑦ ノルディックウォークの歩き方とエクササイズ	10/22(水)	愛鷹地区センター	ノルディックポールを使って楽しくウォーク&エクササイズ	初級
⑧ セラバンドエクササイズ	10/24(金)	片浜地区センター	セラバンドを使って体幹部の筋力強化	中級
⑨ リンパデトックスヨガ	10/28(火)	第一地区センター	身体改善を目指すヨガ	初級～中級
⑩ メンテナンスストレッチ	10/30(木)	原地区センター	骨盤調整と効果的なストレッチ	初級

申込方法 9月25日(木)、12時30分から市ホームページにある専用フォームで
※自身で傷害保険に加入の上、参加してください。
※詳細は、市ホームページをご覧ください。
㊦㊦ウィズスポーツ課 ☎055-934-4893

これまで再整備に向けて、ワークショップや利用実証トライアル、設計等を進めてきた中央公園を大規模リニューアルします！工事期間中のご理解とご協力をお願いします。

整備工事スケジュール(予定)

	工事期間	内 容
第1期	令和7年9月～令和8年3月	西側園路・広場(工事完了後、一部供用開始)
第2期	令和8年9月～令和9年3月	東側園路・広場、トイレ、大屋根、大階段、下の広場
工事完了	令和9年4月	全面供用開始



※全面供用開始に向け、民間によるカフェ等の飲食店舗の工事も予定しています。
※旧国道1号⇄あゆみ橋間は、迂回路を設置しますので工事期間中も通行できます。

整備の最新状況はホームページで！

ホームページでは整備スケジュールや完成イメージ等がご覧いただけるほか、今後の整備状況や迂回情報等についても随時発信していきます。新しくなり、より過ごしやすい中央公園のリニューアルオープンをお楽しみに！

ベルテックス静岡のホームゲーム 観戦ご招待!!



静岡県唯一の男子プロバスケットボールチーム「ベルテックス静岡」が、香陵アリーナで開催する鹿児島レブナイズとのホームゲーム2連戦に市民をご招待します！

2年連続でB2リーグのプレーオフ進出を果たし、さらに進化を続けるチームが、今季も熱い戦いを繰り広げます。次なるステージを目指して挑むベルテックス静岡の熱き戦いを、ぜひ会場で応援しましょう！

と き ①11月1日(土)、17時5分から②11月2日(日)、16時5分から
ところ 香陵アリーナ

対 象 市内に住むか通勤・通学する人
定 員 各50組100人(申込多数の場合は抽選)
応募方法 10月5日(日)までに専用フォームで
※応募にはLINEの友だち追加が必要です。

※開催日は駐車場等が大変混雑します。公共交通機関をご利用ください。
㊦㊦VELTEXスポーツエンタープライズ チケット事務局(平日、10時～17時) ☎054-294-7507

中央公園の整備工事が 始まります！

㊦㊦緑地公園課
☎055-934-4795

催し

ベルテックス静岡を 一緒に応援しよう！

㊦㊦ウィズスポーツ課
☎055-934-4843

お知らせ ときどきワクワクの園生活が始まるよ！
保育園(所)、認定こども園、幼稚園等令和8年度の入所申込

10月1日(火)から！

◆令和8年4月からの保育園等の入所申込

入所を希望する人に、10月1日(火)から申込書類を配布します。保育園等の利用には、保護者の就労状況等、保育を必要とする事由が必要です。

配布期間 10月1日(火)～3日(金)：市役所1階多目的スペース 10月6日(月)から：市役所1階こども未来創造課

時間 9時～16時30分

申込方法 市役所1階こども未来創造課または戸田こども園に申込書類と必要書類を直接

申込期間 ①第1次募集＝10月20日(月)～31日(金)

②第2次募集＝11月4日(火)～令和8年1月15日(木)

③第3次募集(最終)＝令和8年1月16日(金)～2月27日(金)

対象 ①新規入所または転園希望の人(転園希望は第1次募集のみ受け付けます)

②第1次募集で入所保留となった人、第1次募集に間に合わなかった人、求職活動で入所を希望する人

③第1次・2次募集で入所保留となった人、第2次募集に間に合わなかった人

※現在保育園等を利用している人には、各園から別途案内します。

※詳細は、子育てポータルサイトをご覧ください。

☎☎こども未来創造課 ☎055-934-4826

◆令和8年度幼稚園・認定こども園(幼稚園部)の入園申込

10月1日(火)から市内各幼稚園と各認定こども園で入園申込を受け付けます。手続等の詳細は、各園にお問い合わせください。

☎こども未来創造課 ☎055-934-4826



子育てポータルサイト



幼稚園等一覧はこちら



お知らせ 放課後から夕方方も楽しく過ごそう！
令和8年度放課後児童クラブ入会方法のご案内

保護者が共働きなどで昼間家庭にいない小学生が、放課後から夕方までの間、家庭的な雰囲気の中で過ごせる放課後児童クラブ。市内には、40カ所の放課後児童クラブがあり(4月1日時点)、たくさんの児童が放課後も楽しく過ごしています。令和8年4月の入会を希望する人はオンライン申請が必要です。

従来は書類の提出が必要でしたが、令和8年度分の申込から原則オンライン申請での受付となります。

対象 就労等により保護者が昼間家庭にいない新小学校1～6年生

申込期間 一次受付＝10月20日(月)～11月30日(日) 二次受付＝12月1日(月)～令和8年2月28日(土)

※放課後児童クラブ一覧や申込方法等の詳細は、子育てポータルサイトをご覧ください。

☎こども未来創造課 ☎055-934-4842



子育てポータルサイト



お知らせ こどもの育ちを応援し、ライフスタイルに関わらない形で全ての子育て家庭を支援
こども誰でも通園制度

10月1日(火)から！

沼津っ子ふれあいセンター「ぼっぼ」では、主に保育園や幼稚園に通園していない生後6カ月から満3歳未満の子供を、保護者の就労形態を問わずに、誰でもお預かりしています。

10月1日(火)から、申請・利用方法が変更となりますので、利用を検討する人は右記に沿って申請・利用をお願いします。

時間 9時～17時(水曜日、年末年始を除く)

利用料 1人1時間300円

※既に認定済みの人は、申請時のメールアドレスに送付されるシステム登録案内に従って手続をしてください。また、10月以降の利用を希望されない場合はご連絡ください。

※詳細は、子育てポータルサイトをご覧ください。

☎☎こども未来創造課 ☎055-934-4826



子育てポータルサイト

申請・利用方法をご確認ください

- STEP01 利用認定申請** 専用フォームまたは市役所1階こども未来創造課の窓口へ直接
- STEP02 審査** 審査結果により「アカウント発行のお知らせ」がメールで届きます
- STEP03 事前登録** メールに記載されたURLからこども誰でも通園制度総合システムに登録
- STEP04 初回面談予約** こども誰でも通園制度総合システムから初回面談の予約
- STEP05 利用予約** 初回面談後、こども誰でも通園制度総合システムから利用予約
- STEP06 利用開始** 予約日に施設を利用することができます



専用フォーム

イベント 千本プラザ 赤ちゃんDAY
バランスボールでママシェイプ

赤ちゃんを抱っこしてあやしながらバランスボールで弾むことで、ママの体幹を整えます。

聖隷沼津病院小児科医による講話・質問コーナーでは赤ちゃんの発育等の相談に応じます。

とき 10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)

持ち物 床に敷くバスタオル

申込方法 9月22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



専用フォーム

お知らせ 10月1日から新しくなります！
10月1日(火)から！
こども医療費受給者証

高校3年生相当年齢までの受給対象者に新しい受給者証(桃色)を9月中旬に郵送します。受給者証は1人1通で郵送するため、同世帯でも到着に差がある場合があります。

10月からは新しい受給者証を医療機関等の窓口へ必ず毎回提示してください。

転入・出生等により、受給者証の交付を受けていない場合は、対象となる子供の健康保険情報が確認できる書類(健康保険証等)を持参し、市役所1階こども未来創造課で申請してください。

☎こども未来創造課 ☎055-934-4868

お知らせ ぼっぼがもっと便利にスムーズに！
キャッシュレス決済拡大&LINE予約がスタートします

10月2日(水)から！

沼津駅南口徒歩1分の、沼津っ子ふれあいセンター「ぼっぼ」は、親子で自由に遊べる子育て支援センターです。専任の保育士が常駐し、親子サロンの開放をはじめ、一時預かり保育やこども誰でも通園制度、休日保育を実施しています。

簡単！便利に！一時預かり利用料等の支払方法が変わります！

生後6カ月から未就学の子供を対象とした一時預かり保育利用料等の支払方法がキャッシュレス決済(クレジットカード、電子マネー、バーコード決済)のみとなります。原則、現金でのお支払いはご利用いただけませんので、ご了承ください。

イベントや講座の申込は沼津市公式LINEからどうぞ♥

月に1度のお父さんデーなどの定期的なイベントや、各種講座の予約は沼津市公式LINEから申し込めるようになります。電話や来館での申込は不要となり、スマホで気軽にエントリーできます。

※申込方法等の詳細は、子育てポータルサイトをご覧ください。
 ☎☎沼津っ子ふれあいセンター「ぼっぼ」 ☎055-952-8077
 ☎こども未来創造課 ☎055-934-4842



子育てポータルサイト



沼津市公式LINE

講座教室 沼津の南端で非日常を体験しよう
ゆめとびら体験塾

自然体験施設ゆめとびら舟山に宿泊し、学校や家庭では体験できない、干物づくりや炊さん活動などを楽しもう！

とき 10月25日(土)、8時30分～26日(日)、12時45分

ところ ゆめとびら舟山(戸田)他
対象 市内に住むか通学する小学校4～6年生

定員 30人程度(申込多数の場合は抽選)

参加料 4,000円(保険料他)

申込方法 専用フォームまたは市ホームページにある申込書をメールまたはフ

ックスで

申込期限 10月3日(金)

☎☎生涯学習課 ☎055-934-4871



専用フォーム

広報めまづ 後編

イベント 保育士が遊びのお手伝い
「おひさま広場」においてよ

とき(雨天中止)	時間	ところ
① 10/6(月)	10:30～12:00	堰下公園(中瀬町)
② 10/26(日)	10:00～12:00	大平こども園
③ 10/30(木)	10:30～12:00	港口公園

対象 子供とその保護者
 ※当日、直接会場へどうぞ。
 ※②③は駐車場があります。
 ※汚れてもよい服装でお越しください。
 ☎沼津っ子ふれあいセンター「ぼっぼ」
 ☎055-952-8077



『子育て安心 明るい未来のまち』
 ひろげよう、子育ての輪！



お問い合わせは
 各電話番号へ



笑顔いっぱい！ラグビー教室

トップアスリート教室「静岡ブルーレヴズと一緒に！レッツ！ラグビー！」

香陵アリーナでラグビーリーグワンに所属する静岡ブルーレヴズによる小学生を対象としたラグビー教室を開催しました。トップアスリートの直接指導で、子供たちはパスやタックル、トライなどに挑戦。元気いっぱいの笑顔が会場にあふれ、初心者も経験者と一緒にラグビーを楽しみました。



未来の沼津を学ぼう！

沼津駅周辺親子見学バスツアー

鉄道高架事業をはじめとする沼津駅周辺のまちづくりを学ぶ「沼津駅周辺親子見学バスツアー」を開催しました。普段は入れない工事現場やJR貨物沼津駅の構内を特別に見学し、子供たちは大興奮。

親子で楽しく学びながら、沼津の新しい姿を感じました。



子供の新しい遊び場オープン！

ストリートスポーツパーク「キッズ・ファミリーエリア」オープニングイベント

杉崎町にあるストリートスポーツパークに、小学生以下の子供と保護者が安心して楽しめるキッズ・ファミリーエリアがオープンしました。

新たに、子供向けのバスケットコートやランバイク・スケートボードエリア、ベンチや日よけスペースがある人工芝のファミリーエリアが登場。オープン当日はフリースローやランバイク、スケートボードの体験も行われ、元気いっぱいに楽しむ子供たちの姿でにぎわいました。



仲間と英語でコミュニケーション！

イングリッシュアドベンチャー

市内の小学校5・6年生が参加した「イングリッシュアドベンチャー」。子供たちは5つの国のチームに分かれて、各国の文化やスポーツを楽しく学びました。最後のプレゼンテーションでは学んだことを英語で発表し合い、みんなで元気いっぱいに国の魅力を紹介しました。



プロ直伝！アジの三枚おろしに挑戦！

小学生おさかなクッキング

保健センターで開催した「小学生おさかなクッキング」に多くの親子が参加しました。子供たちは真剣な表情で、新鮮なアジの三枚おろしに挑戦。

最初は苦戦していましたが、美味しそうなアジのムニエルが完成。親子で料理を楽しみながら魚のさばき方や調理のコツを学びました。



園内に響く夏の音色

沼津御用邸記念公園 風鈴の小路

沼津御用邸記念公園で夏の恒例行事「風鈴の小路」を開催しました。懐かしい風景を思わせる小路には約200個の色とりどりの風鈴が並び、心地よい音色が園内を包み込みました。西附属邸前を歩く人たちは、涼を感じながら夏のひとときを味わいました。



親子で巡る戸田、大瀬崎の宝

ぬまづの宝100選巡りバスツアー

戸田地区や大瀬崎を親子で巡る「ぬまづの宝100選巡りバスツアー」を開催しました。

訪れた松城家住宅では歴史ある建物を見学し、大瀬崎では自然を感じながら散策。さらにタカアシガニのお面づくりも体験し、笑顔あふれる学びと遊びの1日となりました。



写真で振り返る沼津なひとコマ。

☎広報課

☎055-934-4703

催し

読書週間関連イベント

※講演会「静岡の仏像で学ぶ仏像入門
（東部・伊豆を中心に）」

とき 11月2日(日)、13時30分～15時
ところ 市立図書館視聴覚ホール
講師 田島整さん（上原美術館上席学芸員）
定員 150人（先着順）
申込方法 9月24日(水)、9時30分から電話、専用フォームまたは直接
※期間中、直接会場へどうぞ。

※企画展「仏像の世界」
とき 10月2日(木)～11月18日(火)
ところ 市立図書館展示ホール
休館日 月曜日(祝日を除く)、11月5日(水)
※期間中、直接会場へどうぞ。

オクトーバー・ラン&ウォーク
スマホのアプリを使って、10月の1カ月間の歩数や走行距離を様々なランキングで競うオンラインイベントです。
ランの部とウォークの部があり、今年
は都道府県別にゆかりのある偉人・歴史人物のチームで平均距離を競う「歴史キヤラ合戦」も開催します。家族や気の合う仲間と一緒に楽しく運動しませんか。
とき 10月1日(水)～31日(金)
※参加方法等の詳細は、ホームページをご覧ください。
※問い合わせ先は、ホームページ

スマートフエンシング指導者育成講習会
スマートフエンシングの機材使用方法やトラブルの対処などを座学や実技形式で学びます。
とき 10月11日(土)、13時30分～15時
ところ F3BASE（大手町）
講師 フエンシングのまち沼津推進協議会
対象 市内に住むか通勤・通学する高校生以上の人
定員 20人（申込多数の場合は抽選）
持ち物 室内用運動靴
申込方法 10月3日(金)、17時までに専用フォームで
※問い合わせ先は、ホームページ

障がいのある人のためのバドミントン教室
とき 10月21日～11月11日の毎週火曜日
18時30分～20時30分（全4回）
ところ 香陵アリーナ多目的アリーナ
市内に住むか通勤・通学・通所し、身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれかを持つ人
定員 20人（申込多数の場合は抽選）
申込方法 10月6日(月)までに電話または住所、氏名、電話番号を明記してファクスまたはメールで
※問い合わせ先は、ホームページ

市立看護専門学校第19回潮看祭
とき 10月4日(土)、10時～14時（荒天中止）
ところ 市立看護専門学校（大諏訪）
内容 学習発表、模擬店、体組成測定等
※当日、直接会場へどうぞ。
※公共交通機関をご利用ください。
※問い合わせ先は、ホームページ
市立看護専門学校
055・951・3500
アジアンマルシェ&中秋の名月inNumazu仲見世
アジア各国と沼津を食と文化でつなぐ、多文化共生の体験型交流イベントです。
とき 10月5日(日)、11時～21時
ところ 沼津仲見世商店街（大手町）
内容 キッチンカー、アジア各国の物販店、ステージイベント等
※当日、直接会場へどうぞ。
※詳細は、インスタグラムをご覧ください。
Numazu Asian Festival
実行委員会 向さん
090・1504・2884
地域自治課（協働推進係）
055・934・4807
講座・教室
沼津国際交流協会
太極拳講座2025（後期）
とき 10月21日～11月18日の火曜日
（11月4日は除く全4回）
時間 19時15分～20時45分

障がいのある人のための
スイーツ教室

とき 10月18日(土)、9時45分～11時15分
ところ 金岡地区センター調理実習室
対象 市内に住む身体障害者手帳を持つ18歳以上の人
定員 10人（申込多数の場合は抽選）
参加料 千円（材料費）
申込方法 10月2日(木)までに電話またはファクスで
※問い合わせ先は、ホームページ

視覚障がい者支援の講習会
視覚に障がいのある人のために書類などをデータ化する講習会です。
とき 10月11日(土)、25日(土)、10時～12時（全2回）
ところ 市立図書館第4講座室
定員 各20人程度
申込方法 各開催日前日までに電話またはファクスで
※問い合わせ先は、ホームページ

短期手話講座

手話や聞こえない障がいについて学びます。
とき 10月3日～11月7日の毎週金曜日、19時～21時（全6回）
ところ サンウエルぬまづ大会議室他

第五地区センター
八式太極拳
定員 20人（先着順）
参加料 一般1500円、中学生以下1100円
飲み物、タオル、室内用運動靴、床に敷くバスタオルやヨガマット等
申込方法 9月22日(月)、9時から電話で
※しずおか県民力レッジ連携講座です。
沼津国際交流協会事務局（地域自治課内）
055・934・4717

くらしのセミナー

とき 10月22日(水)、19時～20時30分
ところ プラサヴェルデ407会議室
内容 リタイア前後に知っておきたいお金の話し・相続・資産形成の知識で安心な老後を
児玉加代子さん（J-FLEC認定アドバイザー）
定員 50人（先着順）
申込方法 9月22日(月)から電話、メールまたは専用フォームで
※問い合わせ先は、ホームページ

青少年教育センター
公開講座「そよかぜ」

とき 10月22日(水)、10時～11時30分
ところ 青少年教育センター（八幡町）
テーマ 保護者の心を整えるセルフケア
林彩子さん（臨床心理士）
対象 子供を持つ保護者
定員 30人（先着順）
※問い合わせ先は、ホームページ

精神障がい者の
家族のための学習会

同じ悩みを持つ家族が集い、病気や症状への理解を深め、悩みや不安を共有できる場です。
とき 10月26日(日)、11月2日(日)、8日(土)、15日(土)、23日(金)、13時～16時（全5回）
ところ サンウエルぬまづ大会議室
対象 統合失調症などの精神疾患を持つ人の家族で3回以上参加できる人
申込方法 10月16日(木)までに電話またはファクスで
※問い合わせ先は、ホームページ

こどもの居場所ボランティア入門講座

子供たちの現状や居場所づくりを支えるボランティアの心構えを学びます。
とき 9月27日(土)、9時30分～11時30分

9月24日(水)、9時から電話または専用フォームで
青少年教育センター
055・951・3440

市民の森 教室のご案内

市民の森 キャンプ教室

市民の森の大自然の中でロープワークや焚き火について学んでみませんか。
とき 10月4日(土)、13時～16時30分（雨天中止）
対象 小学生以上の人（小学生は保護者同伴）
定員 5組程度（申込多数の場合は抽選）
講師 馬場龍一さん（エコツアーガイド LINKS）
参加料 1人300円（保険料他）
持ち物 飲み物、タオル、レジャーシート（1辺が2m以上のもの）、軍手、着替え、おやつ等
申込方法 9月25日(木)までに専用フォームで
※問い合わせ先は、ホームページ

市民の森キノコ教室～森づくり県民大作戦～
県と共催で、野生キノコの観察とヒラタケの植菌作業を行う教室を開催します。
とき 10月18日(土)、10時～15時（雨天中止）
講師 池ヶ谷のり子さん（静岡木の子の会）
対象 小学生以上の人（小・中学生は18歳以上の人と同伴）
定員 30人程度（申込多数の場合は抽選）
持ち物 飲み物、昼食、雨具、ゴム製またはラバー付きの作業用手袋（布製の軍手不可）
申込方法 10月5日(日)までに専用フォームで
※問い合わせ先は、ホームページ

サンウエルぬまづ可動間仕切り会議室
市内に住むか通勤・通学する高校生以上の人
定員 20人（申込多数の場合は抽選）
申込方法 9月23日(祝)までに専用フォームまたは電話で
※問い合わせ先は、ホームページ

きもの着方&センスアップ講座

初歩から始める正しい着物の着方とセンス良く着るためのコーディネートや配色を学びます。
とき 10月14日～令和8年1月20日の火曜日（12月30日を除く全14回）
時間 ①10時～12時②14時～16時
ところ 沼津御用邸記念公園東附属邸
講師 井草留美さん（認定きものカラーアナリスト）
対象 全回参加できる女性
定員 各20人（申込多数の場合は抽選）
受講料 2万3100円（資料代他）
持ち物 着物、帯、長じゅばん、小物一式
申込方法 10月10日(金)までに電話またはファクスで
※問い合わせ先は、ホームページ

「一社」きものカラーコーディネーター協会 井草さん
055・962・0832
055・951・5291
緑地公園課（利用推進係）
055・934・4796



募 集

市スポーツ祭・ファミリーバ
ドミントン大会参加チーム

とき 11月30日(日)、9時～17時
ところ 香陵アリーナスポーツアリーナ
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
部 門 一般の部、競技の部
チーム編 3～6人
定 員 50チーム(先着順)
参加料 1チーム千円
申込方法 ホームページにある所定の用紙
に必要事項を明記してメールで
申込期間 10月7日(火)～31日(金)
※高校生以下のみでのエントリーはできません。

④岡 沼津ファミリーバドミントン協
会事務局 鈴木さん

☎090・4183・6568
☎055・934・4875

お知らせ

秋の全国交通安全運動

9月21日(日)～30日(火)の期間、秋の全
国交通安全運動を実施します。今回は、
次の項目を重点とします。
・歩行者の安全な道路横断方法等の実践と反射
材用品や明るい目立つ色の衣服等の着用促進
・ながらスマホや飲酒運転等の根絶と夕暮れ時
の早めのライト点灯やハイビームの活用促進
・自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルール

年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金等
の収入やその他の所得額が一定基準額以
下の年金受給者の生活を支援するために、
年金に上乗せして支給されるものです。
対 象 ①老齢基礎年金を受給し、次
の要件を全て満たす人
・65歳以上の人
・世帯全員が市民税非課税で
ある人
・前年の年金収入額とその他
の所得額の合計が約88万円
以下である人
②障害基礎年金・遺族基礎年
金を受給し、前年の所得額が
約47.2万円以下である人

請求方法

日本年金機構から9月初旬に
送付されるお知らせに同封の
はがきを郵送
※年金を受給し始める人は、年金請求手
続と併せて年金生活者支援給付金請求
書を提出してください。
※詳細は、ホームページを
ご覧ください。

④岡 日本年金機構給付金専用ダイヤル

☎0570・05・4092
☎055・934・4724

後期高齢者歯科検診

令和7年4月1日現在、75歳・80歳
の人で9月に歯科検診のご案内(受診
券)が届いた人は、無料で歯科検診が
受けられます。
歯や歯肉の状態と口の機能を確認で

の理解・遵守の徹底とヘルメットの着用促進
・交差点の交通事故防止

④生活安心課(交通・防犯対策係)

☎055・934・4742

9月23日は
手話言語国際デーです

手話や聞こえないことへの理解を広げる
ため、沼津港大型展望水門びゅうおをシン
ボルカラーのブルーにライトアップします。
と き 9月23日(祝)30日(火)、17時～22時

④障がい福祉課(支援係)

☎055・934・4830
☎055・934・2631

マンション管理士によるマン
ション管理セミナー&相談会

と き 10月4日(土)、13時30分～16時15分
ところ 市民文化センター 第1練習室
内 容 ①セミナー「外部管理者方式のメ
リット・デメリット」②情報交換
会「よそのマンションはどう
しているの?」③個別相談会

分譲マンションの管理組
合役員、区分所有者等

定 員 30人程度
申込方法 市ホームページまたは市役所
6階住宅政策課にある申込書
に記入し直接または電話で
申込期限 9月30日(火)

④住宅政策課(空き家・耐震対策係)

☎055・934・4885

保健センターからのお知らせ

※結核レントゲン追加巡回検診

今年度まだ受診していない人はご利

きるこの機会に、受診してみませんか。
と き 令和8年2月28日(土)まで

※詳細は、受診券をご覧ください。

④静岡県後期高齢者医療広域連合事務局

☎054・270・5526

④国民健康保険課(高齢者医療係)

☎055・934・4728

死別を経験された方のわか
ちあいの会「グリーンフケア
ぶれいす』びといろ」

と き ①10月15日(火)②令和8年2月
18日(火)、14時～15時30分

定 員 各6人(先着順)

申込方法 ①9月22日(月)②令和8年1月
18日(火)、10時から

専用フォームで

④岡 ひとろ 鈴木さん

☎090・5218・9975

④地域自治課(協働推進係)

☎055・934・4807

相続・何でも無料相談会

税理士と司法書士が相談に応じます。
と き 10月11日(土)、13時30分～16時
30分(1組30分程度)

ところ 沼津労働会館(高島本町)

相談内容 相続税の申告方法、生前贈与、
遺言の書き方他

定 員 25組(先着順)

申込方法 10月1日(火)～9日(木)に電話で
(土・日曜日を除く)

④静岡岡県司法書士会事務局

☎054・2889・3700

④生活安心課(市民相談センター)

☎055・934・4700

用ください。

と き	時 間	と ころ
10月6日(月)	9時～11時30分 13時～15時30分	保健センター サンウェルめづ

対 象 市内に住む65歳以上で令和7
年6月以降に市の肺がん検診
で胸部レントゲン検査を受け
ていない人(勤務先や医療機
関で検診を受けた人を除く)

※金具やファスナー、ボタンが付いている服や
プリント柄、刺繍等のある服は避けてください。

持ち物 沼津市健康診査受診券

※子宮頸がん検診と乳がん検診の受診
はお済みですか

子宮頸がんは20～30歳代、乳がんは40
歳代から増加し、初期には自覚症状がほ
とんどありません。早期発見には、若い
うちからの定期的な検診が重要です。

市では、子宮頸がん検診、乳がん
検診を対象者に実施しています。

※実施医療機関等の詳細は、市ホ
ームページをご覧ください。

検 診 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(金) (クーポン対象者
は12月末日まで)

◆プレスト・アウェアネスを始めし
よう

プレスト・アウェアネスとは、自分の乳
房を意識する生活習慣のことです。乳房の
変化に気づいたら早めに医療機関を受診す
ることで、乳がんの早期発見につながりま
す。まずはお風呂で体を洗う時、意識して
自分の乳房を見て触れてみましょう。

④健康づくり課(保健センター)

☎055・951・3480

看護師等再就業研修

再就業を考えている看護職資格保有
者を対象に、医療・看護への現場復帰
を支援する研修を実施します。

と き 10月8日(火)～10日(金)、9時30
分～15時30分(全3回)

ところ 市立病院

内 容 最新の看護の動向、感染管理、
救急看護、医療安全管理等

定 員 20人程度

申込方法 10月1日(火)、16時までに電話で

④静岡県ナースセンター(東部支所)

☎055・920・2008

④健康づくり課(保健センター)

☎055・951・3480

外国人のための総合生活相談会

生活に困りごがある外国人の相談に応じます。

と き 10月19日(日)、13時30分～16時
(受付は13時～15時30分)

ところ サンウェルめづ中会議室他

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 10月17日(金)、17時まで
に直接または電話で

※相談に関する資料を持参してください。
※日本人も参加できます。

④地域自治課(多文化共生係)

☎055・934・4717

市民伝言板

このコーナーの催しは参加無料です。
詳細は、お問い合わせください。

スクエアダンスの見学・体験

と き 9月27日(土)、18時30分～20時
ところ 金岡地区センター

対 象 医師から運動を禁止されていない人

持ち物 飲み物、室内用運動靴

※当日、直接会場へどうぞ。

④沼津SDCはまゆう事務局 山本さん

☎090・99939・4410

自彊術 記念大会

治療法がルーツの健康体操等を体験しませんが

と き 10月4日(土)、12時30分～15時30分

ところ プラザヴェルデ多目的ホール他

※当日、直接会場へどうぞ。

④(公社)自彊術普及会静岡支部 長島さん

☎090・7671・3085

行政書士無料相談会

と き 10月5日(日)、10時～15時

ところ プラザヴェルデ201小会議室

相談内容 農地法・都市計画法・建設業など
の許可可、相続、外国人手続他

※当日、直接会場へどうぞ。

④静岡県行政書士会沼津支部 森光さん

☎055・941・6121

千本プラザミニギャラリー

※千本プラザ 七宝焼OB展

9月29日(月)～10月5日(日)、10時
～16時(最終日は15時まで)

救急協力医

9月15日(祝)～10月5日(日)

協力医は変更となる場合があります
事前に電話またはHPでご確認を!!

救急協力医テレホンサービス

☎055-958-0119



内科			小児科			外科		
		平日 17時～21時 土曜日 12時～18時 日曜日、祝休日 8時～18時			平日 17時～21時 土曜日 12時～18時 日曜日、祝休日 8時～18時			平日 17時～21時 土曜日 12時～18時 日曜日、祝休日 8時～18時
9月	境医院	975-8021 長泉町竹原	9月～	三島メディカル	972-0711 三島市南本町	駿東整形	922-8855 高沢町	
15(祝)	旭医院	966-0031 原				つばきクリニック	955-4600 長泉町中土狩	
	大坂屋クリニック	995-3100 裾野市佐野						
16(火)	大沢医院	931-1019 御幸町	18時～	三島メディカル	972-0711 三島市南本町	こんどうクリニック	925-2420 岡宮	
17(水)	杉山(茂)医院	992-0028 裾野市平松		杉谷小児科	923-6543 筒井町	松原医院	962-1496 白銀町	
18(木)	あきやまクリニック	986-6000 長泉町下土狩		スキップこども	992-6303 裾野市茶畑	池田病院	986-1212 長泉町本宿	
19(金)	いずみクリニック	993-4760 裾野市茶畑		すずきファミリー	960-0333 一本松	五十嵐クリニック	934-6700 志下	
20(土)	沼津はまゆう病院	963-4114 錦町		光ヶ丘小児科	987-2200 三島市光ヶ丘	池田病院	986-1212 長泉町本宿	
21(日)	望月医院	931-5362 下香貫宮脇		西村医院	971-6510 長泉町下土狩	東医院	921-5520 高沢町	
	やぐちクリニック	973-3811 清水町伏見				えがわ医院	921-5148 高島本町	
	清水館医院	993-2323 裾野市茶畑						
22(月)	東名裾野病院	997-0200 裾野市御宿		みらいえ	924-1111 高島本町	大沢医院	931-1019 御幸町	
23(祝)	つかだ医院	983-1577 清水町堂庭		よざ小児科	967-5722 原	遠藤クリニック	975-8801 清水町久米田	
	武藤医院	931-0088 三園町				さとやま整形外科内科	939-8031 東原	
	高桑医院	997-0486 裾野市岩波						
24(火)	高遠内科クリニック	926-8739 東椎路		田中医院	921-2053 高島町	おおしろクリニック	976-0027 清水町堂庭	
25(水)	きせがわ病院	952-8600 大岡		すずきファミリー	960-0333 一本松	池田病院	986-1212 長泉町本宿	
26(金)	こんどうクリニック	925-2420 岡宮		杉谷小児科	923-6543 筒井町	大沢ハートクリニック	929-1313 若葉町	
27(土)	さとやま整形外科内科	939-8031 東原		まるやま小児科	981-8577 清水町堂庭	つばきクリニック	955-4600 長泉町中土狩	
28(日)	山本整形外科	989-8111 長泉町南一色		みらいえ	924-1111 高島本町	山本整形外科	989-8111 長泉町南一色	
	白石医院	951-4593 市道町				まのクリニック	935-1515 下香貫塩満	
	エイル裾野クリニック	955-5088 裾野市岩波						
29(月)	小野医院	951-6213 真砂町		スキップこども	992-6303 裾野市茶畑	小野医院	951-6213 真砂町	
30(火)	つばきクリニック	955-4600 長泉町中土狩		よざ小児科	967-5722 原	酒井医院	966-1755 今沢	
10月	1(水)	富士クリニック	932-3553 下香貫藤井原	西村医院	971-6510 長泉町下土狩	遠藤クリニック	975-8801 清水町久米田	
	2(木)	いしざき脳神経内科	989-1919 長泉町納米里	白十字小児科	933-5111 下香貫馬場	池田病院	986-1212 長泉町本宿	
	3(金)	大庭クリニック	995-1123 裾野市佐野	杉谷小児科	923-6543 筒井町	萩野クリニック	966-7111 根古屋	
	4(土)	沼津リハビリテーション	931-1911 上香貫豊乾ヶ原	ウィンザークリニック	050-3145-1236 三島市谷田	池田病院	986-1212 長泉町本宿	
	5(日)	岩淵内科医院	951-4579 添地町	田中医院	921-2053 高島町	西方外科	921-1333 共栄町	
		稲玉クリニック	991-5111 清水町伏見			ひがしおかクリニック	941-8269 清水町柿田	
		田中クリニック	992-1881 裾野市伊豆島田					
耳鼻科	9月	15(祝) 崎川耳鼻咽喉科	975-9131 清水町伏見	21(日) サイラクリニック	935-1133 市場町	23(祝) 内藤耳鼻咽喉科	987-1717 長泉町桜堤	
	8時～17時	28(日) わたなべ耳鼻咽喉科	0545-65-6787 富士市松岡	10月	5(日) 三島耳鼻咽喉科	935-6681 下香貫樋ノ口		
眼科	9月	15(祝) 木村眼科	967-4611 原	21(日) 吉村眼科内科	984-1333 三島市長伏	23(祝) 中ノ森眼科	921-3217 緑ヶ丘	
	8時～17時	28(日) 静岡医療センター	975-2000 清水町長沢	10月	5(日) 本田さくら眼科	951-1365 大手町		
産婦人科	9月	15(祝) 富士レディース	0545-21-1111 富士市原田	21(日) 清稜クリニック	999-0300 長泉町下長窪	23(祝) 清稜クリニック	999-0300 長泉町下長窪	
	8時～17時	28(日) 長谷川産婦人科	0545-53-7575 富士市吉原	10月	5(日) 市立病院	924-5100 東椎路		
歯科	9月	15(祝) 平原歯科クリニック	952-1101 大岡	21(日) 堀江歯科医院	931-8181 三園町	23(祝) カナリヤ歯科医院	954-5454 添地町	
	9時～17時	28(日) 町田歯科クリニック	967-6062 原	10月	5(日) いくこ歯科医院	968-4618 原		

夜間や休日の病気やけがで
受診するべきか迷ったとき
はこちらへ

概ね15歳以上

こども

近隣市町の協力医についてはこちらへ

救急安心電話相談窓口 ☎#7119または ☎054-204-7119

静岡こども救急電話相談 ☎#8000または ☎054-201-9910

厚生労働省医療情報ネット ☎0570-000-692

沼津夜間救急医療センター			日の出町1-15		
☎926-8699 ※お間違いないよう ご注意ください。					
内科			小児科		
平 日	20時30分～翌朝7時		平 日	20時30分～翌朝7時	
土・日曜日、祝休日	18時～翌朝7時		土・日曜日、祝休日	18時～翌朝7時	

●火災など災害情報テレホンサービス 沼津市(戸田地区を除く) ☎055-926-0119 戸田地区 ☎0558-77-2000

千本
プラザで
開催

体操講習会



腰痛予防のためのストレッチと筋トレを
学んで、動きやすい体で秋を楽しもう!

と き 10月21日(火)、9時30分～11時

ところ 千本プラザ軽運動室

対 象 市内に住む60歳以上の人

定 員 15人(先着順)

申込方法 9月30日(火)、9時から電話で

※運動のできる服装でお越しください。

☎☎沼津市シルバー人材センター ☎055-964-1153 ☎長寿福祉課 ☎055-934-4834

褥、障子の張り替え講習会



褥や障子の張り替え技術を習得できる講
習会を開催します。

と き 10月16日(木)・17日(金)、9時～16時
(全2回)

ところ 高齢者就業センター(千本プラザ内)

対 象 市内に住む60歳以上の人

定 員 10人(先着順)

申込方法 9月22日(月)、9時から電話で

ノルディックウォーキング

ぬまづの宝100選に選ばれた会場でノルデ
ィックウォーキングを体験してみませんか。

と き ①10月15日(水)②11月26日(水)、9時
～11時30分(雨天順延)

ところ ①牛臥山公園

②狩野川河川敷ウォーキングコース

定 員 各30人(申込多数の
場合は抽選)

申込期限 ①9月30日(火)、21時

②10月31日(金)、21時

※ノルディックポールの貸出
は無料です。



シニア向けスポーツ体験教室

ボッチャや初心者
向けのスポーツ体験
教室を行います。

と き 10月22日(水)、
10時～12時

ところ サンウェルぬまづ多目的ホール

定 員 30人(申込多数の場合
は抽選)

申込期限 10月10日(金)、21時



対 象 市内に住む65歳以上で医師から運動を禁止されていない人

申込方法 専用フォームまたは教室名、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、年齢、性別、
電話番号を明記してはがきで郵送(必着)

☎☎香陵アリーナ ☎410-0832 御幸町15-1 ☎055-928-5231

☎長寿福祉課 ☎055-934-4835



高齢者向け体操教室



筋力アップ教室

体操中級者向けのストレッチやヨガ、筋
力トレーニングを中心とした教室です。

と き 10月29日～11月19日の毎週水曜日、
13時～14時15分(全4回)

定 員 40人(申込多数の場合は抽選)

いきいき体操教室

体操初心者向けのストレッチ、ヨガなど
無理なく取り組める運動教室です。

と き 10月30日(木)、11月6日(木)・11日(火)、
13時～14時15分(全3回)

定 員 30人(申込多数の場合
は抽選)

◆いずれも

ところ 香陵アリーナ多目的室

持ち物 飲み物、床に敷くバス

タオルやヨガマット等

申込期限 10月10日(金)、21時



シニアの教室盛りだくさん!
動いて学んで健康な毎日を!



お問い合わせは

各電話番号へ

沼津で活躍する人を紹介するコーナー

沼津人



メディアアーティスト
NAKANO yasuhiko さん

File.06

オリジナルシステムで表示する「動く墨絵」を世界で初めて制作したメディアアーティストのNAKANOさん。多くの作品を手掛け大阪・関西万博で作品が上映されたNAKANOさんにお話を伺いました。

●普段はどんな作品を作っていますか？

日本画で使用する岩絵具や水干絵具、墨と、3DCG技術を組み合わせた「動く墨絵」を制作しています。NFTや原画という証明方法を活用し、メディアアートとして形に残すことができました。万博作品の「fuji_003」は、墨とデジタル彫刻で富士山とそのエネルギーを表現しています。沼津から見た富士山を世界中の人が集まる万博で上映できたことに大きな意味を感じています。

●沼津で活動する理由を教えてください！

沼津に住むなかで千本浜をはじめとしたリフレッシュできる自然豊かなこの環境が、創作の発想を与えてくれます。10月1日の沼津市芸術祭開会式で作品を展示させていただくことになったので、多くの人に直接作品を見ていただけたら嬉しいです。



10月 市民文化センター・プラサ ヴェルデの主な催し

☎=入場無料 ☎=有料(料金等詳細についてはお問い合わせください)

※催しは変更される場合があります。

市民文化センター ☎055-932-6111		★=大ホール 小=小ホール	※休館日20日(月)
5(日)	★第52回沼津市芸術祭 合唱祭 13時～18時 ☎	19(日)	★第52回沼津市芸術祭 バレエパフォーマンス 13時～16時 ☎
12(日)	小第52回沼津市芸術祭 秋の舞踏会 17時30分～20時 ☎	26(日)	★第52回沼津市芸術祭 郷土ふれあい太鼓 13時～15時30分 ☎ 小第52回沼津市芸術祭 邦楽祭 13時～16時 ☎
13(祝)	小浦の星吹奏楽部 第5回定期演奏会 16時～18時30分 ☎	31(金)	小林家つる子 初全国ツアー 「にっぽん全国つる浦々」 18時～20時30分 ☎
18(土)	小第52回沼津市芸術祭 演劇祭 ①10時～12時 ②14時～16時 ☎		

プラサ ヴェルデ ☎055-920-4100		A・B=コンベンションホール A・B 多=多目的ホール(キラメッセぬまづ) ☎=市民ギャラリー	※休館日9日(休)
1(水)～5(日)	☎第52回沼津市芸術祭 書道展 10時～18時(最終日は16時まで) ☎	15(水)～19(日)	☎第52回沼津市芸術祭 美術展 10時～18時(最終日は16時まで) ☎
4(土)	A・多(公社)自彊術普及会 静岡葵支部 設立20周年記念大会 12時30分～15時30分 ☎	23(木)～26(日)	☎静岡県高等学校 美術・工芸展 東部展 9時～18時(最終日は15時まで) ☎
5(日)	B第26回 三遊亭朝橘 秋の寄席 14時～16時30分 ☎	25(土)	Aマイナビ転職フェア 沼津 11時～17時 ☎ 多制服・ジャージ・体育着試着展示予約注文会 10時～15時 ☎
8(水)～12(日)	☎日本己書道場静岡東部師範会作品展 9時～17時 ☎	25(土)・26(日)	多第75回秋の東部中古車まつり 10時～17時 ☎
11(土)～13(祝)	多輸入車アウトレットフェア in キラメッセ沼津 10時～18時 ☎	26(日)	多マイナビ インターンシップ&キャリア発見フェア 沼津 13時～17時 ☎

