



# 山に登る 山を歩く



登録はこちら

## 沼津市公式LINE友だち募集中！

トーク画面下部のリッチメニューから、沼津の魅力にすぐにアクセス！また、危機管理情報はすぐ通知が入ります。沼津の山にハイキングに行く前は、友だち登録を忘れずに！





山頂の東屋に置かれた「山ノート」。ハイキングの感想やメッセージなど、自由に書き込むことができます。登山者同士のつながりを感じられる、香貫山ならではの楽しみがあります。



沼津市五十雀山歩会ホームページ



平均年齢  
65歳オーバー！

### 五十雀山歩会と行く 沼津アルプス(香貫山編)

沼津近隣の登山愛好家が集う「沼津市五十雀山歩会」の皆さんと一緒に、沼津アルプスの東端に位置する香貫山を歩いてきました。

集合場所の香陵台から標高193mの山頂にある展望台を目指してゆっくりと歩を進めます。道中、ベテランの皆さんが沼津の山の素晴らしさを教えてくれました。香貫山は勾配も比較的緩やかでハイキングコースも整備されているため、スニーカーなどの軽装備でも、無理なく自分のペースで楽しめます。

途中休憩も楽しみのひとつ。持ち寄ったおやつを交換したり、おしゃべりをしたり。体力を回復したあと、ほどなく山頂に到着。南へと続く山々を目の当たりにすると、香貫山は沼津アルプス縦走への「入り口」なんだと改めて感じます。

沼津市街や千本松原、そして青く輝く駿河湾が眼下に広がり、日頃の疲れが吹き飛びます。心地よい風を浴びながら、皆でパチリと記念撮影。参加者の皆さんのいきいきとした表情から、山歩きが日々の活力になっているのが伝わります。五十雀山歩会の皆さんのように、いくつになっても楽しく山を歩く。そんな目標が見つかった、充実したハイキングでした。



香貫山は、沼津夏まつり・狩野川花火大会の絶好の観覧スポットとして知られています。香陵台や山頂の展望台からは、沼津のまちと狩野川を彩る花火が一体となった、壮大なパノラマビューを楽しむことができます。また、夜景を楽しめる場所としても人気を博しています。夜間は懐中電灯やヘッドライトが必須となりますので、準備をしっかりしてから楽しみましょう。



# 山に登ろう 山を歩こう

皆さんの自宅、勤務先、学校の窓から山は見えますか？ 私たち沼津市民にとって、山は日常の風景に溶け込んでいます。

愛鷹山、香貫山、発端丈山、金冠山。これらの山々は、ただの風景ではなく、私たちの暮らしと密接に関わる大切な存在です。

空気が澄んで景色がきれいに見える秋は、山々の緑が次第に紅葉に向かい、気温も穏やかで快適に歩けることから、ハイキングのトップシーズンと言われています。

今回の特集では、見慣れた景色を特別なものに変える、沼津の山へ皆さんをご案内します。この秋は沼津の山に出かけてみませんか。

金冠山山頂付近から



ハイカーに特に人気のある沼津アルプス、発端丈山、愛鷹山と特色の異なる3山をひとつにまとめた「めまづハイキングMAP」。八つ折で持ち運びもしやすいので、ハイキングのお供にリュックに入れておくとう便利です。市役所5階観光戦略課等で配布しているほか、沼津観光ポータルでもご覧いただけるのでダウンロードしてスマホに保存しておくのもいいですね。



### そこに山があるから。 自分なりの山の楽しさを

沼津市内で一番高い愛鷹山。香貫山から南へ横山、徳倉山、志下山、小鷲頭山、鷲頭山、大平山と続く、沼津アルプスの愛称で親しまれる山稜線。さらに南に進めば、淡島と富士山という特徴的な景色が楽しめる発端丈山。伊豆市との境にある金冠山など沼津の山はバラエティ豊か。

私たちは日常的に沼津の山々を目にしていますが、実際にその中に入ると、山の個性や魅力を体感する機会は意外と少ないかもしれません。

沼津の山では自身の体力や気分に合わせてウォーキングやハイキング、本格的な登山も楽しむことができます。日々の忙しさから解放されて、心身ともにリフレッシュしたい。そんな時、沼津の山々は上質な癒しを提供してくれます。

お弁当を持ってピクニック気分、あるいは山頂でコーヒを淹れて贅沢な時間を過ごす。自身のスタイルに合った山の楽しみ方を見つけてください。

#### 沼津観光戦略課

☎055・934・4746



気軽に楽しめる低山から  
標高1187・5メートルまで

**牛** 臥山は伊豆半島ジオパークの構成資産のひとつです。なだらかな山体は、海底火山の噴出物が固まってできたもので、地球の歴史を感じられます。「登る山」ではなく、見て、身近に感じて楽しむ山と言えるでしょう。

山の中腹をかすめるように整備されたスロープがあるので、ベビーカーや車椅子でも安心して牛臥山公園内を散策できます。ハイキングとは趣向を変えて、ウォーキングやお散歩など、潮風に吹かれながらのんびりとした時間を過ごすのにおすすめです。

## 牛臥山



**駿** 河湾と内浦湾に挟まれた発端丈山と長浜城跡は、歴史と絶景を同時に楽しめるユニークなハイキングコースです。

発端丈山山頂までは少し急な坂道もありますが、頑張って登れば、眼下には穏やかな内浦湾が広がり、淡島越しに富士山を望む大パノラマが待っています。山頂からの眺めは、この場所こそ楽しめるご褒美です。

続いて戦国時代に北条水軍の拠点であった長浜城跡へ。海に突き出た岬の小高い丘の上にある城跡は、当時の情景が伝わる曲輪や堀切が保存整備されており、潮風を感じながら歴史ロマンに浸ることができます。

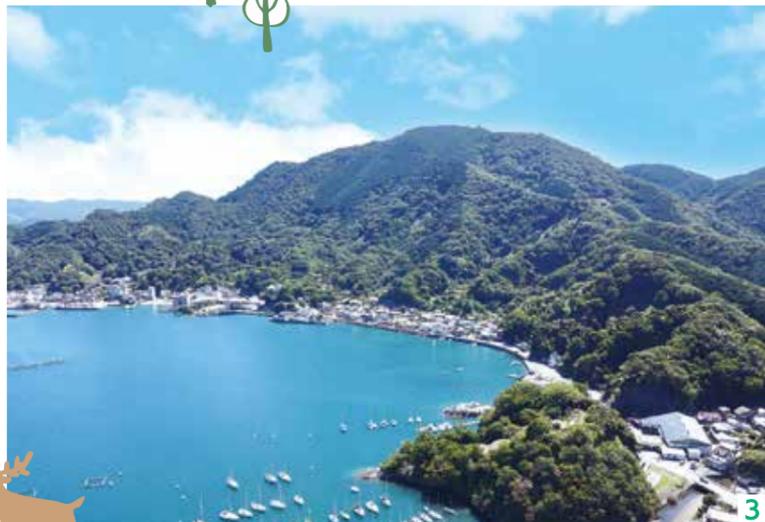
## 発端丈山 長浜城跡



1. 牛臥山公園に隣接する小浜海岸は、沼津出身の映画監督原田真人さんが手掛けた「わが母の記」のロケ地となりました。
2. 標高約33mの長浜城跡から駿河湾と富士山を望む。武田氏と対峙する北条水軍の気分になれるかも!?
3. 標高410mの発端丈山の稜線の先に長浜城跡(写真右下)が続くのがわかります。
4. あたりを緑が覆う金冠山(816m)山頂付近のハイキングコース。
5. 周囲の杉の木がまるで鉛筆のよう見える、というのが誇張ではないくらい幹の太い河内の大スギ。
6. 愛鷹山中のオフロード。自転車でも走るのも気分爽快。

※記事内で紹介した、発端丈山、長浜城跡、金冠山、牛臥山公園、愛鷹山のほか、沼津アルプス、河内の大スギ等はぬまづの宝100選に選定されています。

ぬまづの宝100選に関することは [広報課](#) ☎055-934-4839 [ぬまづの宝100選](#)



## 金冠山

**金** 冠山は、駿河湾を望む絶景と、歴史ある巨木に出会える驚異的なハイキングコースのひとつ、市民の森から登るルートから少し離れたところには、推定樹齢約400年と言われる河内の大スギが鎮座しています。

金冠山ハイキングの醍醐味は、山頂からの雄大な景色に加え、四季折々の自然の移り変わりを体感できること。春から夏にかけて、青々としたクマザサの絨毯が広がり、爽やかな緑の中を歩くことができます。秋には紅葉が山を彩り、冬には澄んだ空気の中で、雪化粧をした富士山を眺めることができます。雄大な自然の力と、歴史の重みを感じながら歩く、記憶に残るハイキングを楽しんでみてはいかがでしょうか。

**富** 土山の南に広がる愛鷹山塊は、沼津市・富士市・裾野市・長泉町の4つの市町にまたがっています。山塊の南端に位置する愛鷹山は、沼津で最も高い山(標高1187・5m)で、一等三角点を有するため、全国から登山愛好家が訪れる山でもあります。

愛鷹山に続く登山道は、原生林を抜ける本格的なコースで、山頂からは富士山や南アルプス、駿河湾の絶景が広がり、登頂した人だけが味わえる格別の達成感を与えてくれます。愛鷹山公園の脇からゴルフ場の横を抜け、長泉町の水神社を経由していく道や柳沢

## 愛鷹山

から登るルート、平沼から山頂に続くコースなど、多くの林道が整備されています。

ハイカーだけでなくマウンテンバイクなどオフロード自転車のライダーにも人気です。地元の自転車チームに所属する高遠さんは「攻略しがいののある路面や走りやすい道など、楽しさ満点歩きとはまた違う愛鷹山の魅力を感じられますよ」と教えてくれました。

**ど** の山も、それぞれの魅力とそれぞれの楽しみ方があります。気の合う仲間や家族と一緒に。時には一人で山と向き合うのもいいでしょう。次の休日は、自身のスタイルに合った沼津の山へ出かけて、自分だけの特別な一日を過ごしてみませんか。

## 健康づくりに沼津の山を。

山歩きは、自然の中で心身をリフレッシュできるだけでなく、さまざまな健康効果をもたらします。

起伏のある道を歩くことは、平地では使わない筋肉が鍛えられ、足腰の強化につながります。これは、加齢とともに進む筋力の低下や身体機能の衰え(フレイル)を防ぐ上で重要です。バランス能力も高まり、転倒予防に役立ちます。トレッキングポールを使いながら無理なく歩くのもいいですね。

緑豊かな自然の中で新鮮な空気を吸い込み、鳥のさえずりや風の音を聞くことは心身の緊張を和らげ、精神的な安定をもたらします。山歩きは身体的な健康だけでなく、心の健康も育む素晴らしい活動です。

無理のないペースで楽しみながら、生涯にわたる健康づくりに役立てていきましょう。

健康づくりに関することは [健康づくり課](#) ☎055-951-3480



## 家に帰るまでがハイキング。

山に出かける前には、天気予報を確認しましょう。山の天気は変わりやすいので、急な雨に備えてレインウェアの携帯をおすすめします。

長袖・長ズボンを基本に、動きやすい服装と、足首を保護する登山靴がいいでしょう。飲み物や軽食、地図、懐中電灯、携帯電話も忘れずに。

沼津の山には、イノシシやシカ、サルも生息しています。野生動物と遭遇しないために、鈴やホイッスル、ラジオなど音の出るものを身につけると効果的です。

もし動物と遭遇してしまっても、大声を出したり、走って逃げたりせず、落ち着いてゆっくりと後退してください。

食べ物の匂いは動物を引き寄せるので、ごみは必ず持ち帰りましょう。

有害鳥獣に関することは [農林農地課](#) ☎055-934-4751



events  
催し

「おもしろい」「かわいい」「めざましい」。「ゆるゆる」。「ゆるゆる」のまち沼津を楽しもう！

お問い合わせは  
各電話番号へ

沼津市×富士市連携  
ランバイクチャレンジ！



沼津市と富士市、それぞれの会場でランバイクチャレンジを開催！年齢別に行う「レース」と、ランバイクを練習・体験できる「チャレンジ」の2コースを選べます。

とき 11月1日(土)  
ところ 県営愛鷹広域公園テニスコート  
対象 2～8歳の子供(保護者同伴)  
参加料 レース2,500円、チャレンジ1,000円  
持ち物 ランバイク、ヘルメット、手袋、プロテクター  
申込方法 10月14日(火)、15時までにホームページにある専用フォームで



※時間は、レースやコースによって異なります。  
※ランバイクの貸出があります(有料)。  
※詳細は、ホームページをご覧ください。  
📍📍富士市サイクルステーション ☎0545-50-9770  
📍📍ウィズスポーツ課 ☎055-934-4843

夢にときめけ！明日にきらめけ！  
シニアソフトボール大会



とき 11月16日(日)、8時30分から  
ところ 大岡公園内運動場、大岡南小学校運動場  
対象 監督・選手とも昭和51年4月1日以前生まれの人で構成された小学校区単位のチーム(監督1人、選手20人以内)  
申込方法 市ホームページまたは市役所8階ウィズスポーツ課にある所定の用紙を直接、郵送、メールまたはファクスで [広報めまづ](#) [検索](#)

申込期限 10月15日(水)、17時(必着)  
※詳細は、市ホームページをご覧ください。  
📍📍沼津市スポーツ推進委員連絡協議会(ウィズスポーツ課内) ☎055-934-4875

NUMAZUサイクルステーション静浦東  
スキルパーク体験イベント



ランバイクやBMXなどの自転車走行体験会を実施します。障害物のあるコースを走って楽しもう！

◆ランバイク体験  
とき 12月13日(土)、9時30分～11時45分(雨天の場合は21日(日)に延期)  
対象 小学校3年生までの子供  
◆BMX体験  
とき 令和8年3月15日(日)、9時30分～11時45分(雨天の場合は22日(日)に延期)  
対象 自転車を平面で安全に乗れる小学校6年生までの子供

◆いずれも  
ところ NUMAZUサイクルステーション 静浦東スキルパーク(口野)  
定員 10人(先着順)  
申込方法 10月14日(火)、9時からホームページにある専用フォームで



※詳細は、ホームページをご覧ください。  
📍📍ウィズスポーツ課 ☎055-934-4843

家族でスポーツを楽しもう！  
沼津NEXTスポーツフェスタ



モンスターボックス23段跳躍の記録を持つ池谷直樹さん率いるパフォーマンス軍団のショーや子供体操教室のほか、クロスミントンの体験会など、家族で楽しめるスポーツイベントです。当日はマルシェも開催します。

とき 10月13日(祝)、10時～16時  
ところ 香陵アリーナ  
持ち物 室内用運動靴、土足用の袋  
※当日、直接会場へどうぞ。  
※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  
📍📍ウィズスポーツ課 ☎055-934-4893



1日限りの緑茶カフェをオープンします。愛鷹の茶畑越しに駿河湾を望みながら、心地よい風とお茶の香りに包まれてみてはいかがでしょうか。



急須で一杯ずつ丁寧に淹れた沼津茶と茶菓子を、茶畑や駿河湾の景色と一緒に味わいましょう。

とき 11月16日(日)(雨天中止)  
時間 10時、11時30分、14時  
ところ 浮島地区の茶畑  
定員 各20人(申込多数の場合は抽選)  
申込方法 10月17日(金)、17時までに専用フォームで [専用フォーム](#)  
※ペットの同伴はできません。



東レアローズ静岡のホームゲーム  
観戦ご招待!!  
2025-26 大同生命SV.LEAGUE MEN  
vs 東京グレートベアーズ



バレーボールのトップリーグ「大同生命SV.LEAGUE MEN」で戦う東レアローズ静岡がホームゲームに無料招待します。

今季は「つなげ。」というスローガンを掲げ、全てのファンと共に日本一を目指す選手たちをぜひ会場で応援しましょう！

とき 10月25日(土)、14時5分から  
10月26日(日)、14時5分から  
ところ このはなアリーナ(静岡市駿河区)  
対象 市内に住む人  
定員 各50組100人(申込多数の場合は抽選)  
応募方法 10月15日(水)までに専用フォームで [専用フォーム](#)  
※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。  
📍📍東レアローズ静岡 ☎055-989-2412(火～金曜日、10時～17時)

events  
催し

茶畑でどうぞ一服。  
山カフェ開催！

📍📍農林農地課  
☎055-934-4751

events  
催し

東レアローズ静岡  
ホームゲームご招待！

📍📍ウィズスポーツ課  
☎055-934-4843

市では市民、事業者、行政が互いの立場や役割を理解し合い、主体的な活動に取り組む、協働のまちづくりを推進しています。



**協働のまちづくりセミナー**

地元の店での買い物や地域の人と力を合わせた取組は、一人ひとりの生活を支え、やがてはまちの誇りにつながります。日常を少し見直すことから始まる、新しいまちの可能性について考えてみませんか。

**とき** 12月5日(金)、13時30分～15時  
**ところ** 市民文化センター大会議室  
**テーマ** 都市の暮らしの幸福論「ご近所資本主義」～ご近所を素敵に変えよう！～  
**講師** 加藤寛之さん (都市計画家)  
**定員** 30人(先着順)  
**申込方法** 10月8日(水)、9時から氏名、電話番号を電話、ファクス、メールまたは専用フォームで



**男女共同参画推進セミナー**

若者や女性の政治参加促進活動を積極的に続けている講師の講話とワークショップを通し、私たちが生きたい社会づくりを考えてみましょう。

**とき** 12月20日(土)、14時～16時30分  
**ところ** 沼津ラクーン3階会議室(大手町)  
**テーマ** 若者の投票率が80%を超えるデンマークから学ぶ わたしたちが生きたい社会のつくり方  
**講師** 能條桃子さん ((一社)NO YOUTH NO JAPAN共同代表理事)  
**定員** 50人程度  
**申込方法** 12月19日(金)までに専用フォームで

※1歳以上の子の託児を希望する人は、12月6日(土)までに申し込んでください。

④NPO法人あざれあ交流会議 ☎054-250-8147



地域の歴史を知り、新たな発見と学びの時間を楽しんでみませんか。

**国指定史跡長浜城跡開園10周年記念イベント  
長浜城探検2～地学から見る城山の成り立ち～**



地学や発掘調査の成果から、長浜城の城山がどのようにできたのかを学びます。

**とき** 11月8日(土)、9時30分～12時(雨天順延)  
**ところ** 長浜城跡(内浦重須)  
**講師** 遠藤大介さん ((一社)美しい伊豆創造センター専任研究員)  
**対象** 小学校5年生～中学生(保護者同伴)  
**定員** 20人(申込多数の場合は抽選)  
**申込方法** 10月22日(水)、17時まで専用フォームで

④文化財センター ☎055-935-5010



**歴史講座  
「戦国北条家の判子行政と豆州西浦」**



戦国北条家の判子行政についてその内容や変遷、豆州西浦(現在の内浦)の果たした役割や重要性について解説します。

**とき** 11月9日(日)、13時30分～16時  
**ところ** 市立図書館視聴覚ホール  
**講師** 黒田基樹さん(歴史学者)  
**定員** 200人(先着順)  
**申込方法** 10月15日(水)、9時から住所、氏名、電話番号を明記してファクス、電話または専用フォームで

※10月20日(月)・27日(月)・31日(金)、11月4日(火)は休館です。

④歴史民俗資料館 ☎055-932-6266 FAX055-934-2436



**沼津の魅力を再発見！  
歴史講座のご案内**

お問い合わせは  
各電話番号へ

**誰もがいきいきと輝く  
協働のまちづくり**

④地域自治課 ☎055-934-4807

**マイナ救急がスタートしました！**

新たに10月1日(水)から、「マイナ救急」がスタートしました。「マイナ救急」とは、健康保険証を利用登録したマイナンバーカード(マイナ保険証)を活用し、救急車を利用する人の医療情報を救急隊員が閲覧することです。本人や家族の負担を軽くでき、より適切な処置を受けることができます。

**マイナ救急は、このように利用できます！**

事前に、健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード(マイナ保険証)を準備



**救急時は**

- ①マイナンバーカードを救急隊員に提示する
- ②救急隊員の医療情報閲覧を口頭で同意する

**マイナ救急活用はあなたの命を守るこんなメリットが！**

- ①医療情報を正確に伝達できる
- ②搬送先選定や処置が円滑にできる
- ③病院で治療の事前準備ができる

**あなたの命を守る  
「マイナ救急」**

詳細はこちら  
④駿東伊豆消防本部 ☎055-920-9111

**サンウェルぬまづふれあい交流室  
「ふれあいコンサート」**

高校生と卒業生が心を込めて演奏します。

**とき** 11月24日(水)、13時30分～14時30分  
**ところ** サンウェルぬまづ多目的ホール  
**出演** 県立沼津工業高等学校吹奏楽部生徒と卒業生  
**定員** 100人(先着順)  
**申込方法** 10月9日(水)、9時30分から電話、直接または専用フォームで

④サンウェルぬまづふれあい交流室 ☎055-922-1501  
④福祉企画課 ☎055-934-4824



**千本プラザ  
「0歳からのコンサート」**

子供が泣いてもぐずっても大丈夫！みんなで生の音楽を楽しみましょう。

**とき** 11月8日(土)、10時30分～11時30分  
**ところ** 千本プラザ音楽ホール  
**出演** はら♪音のマルシェ  
**定員** 200人(申込多数の場合は抽選)  
**申込方法** 10月20日(月)、10時までに専用フォームで

④千本プラザ ☎055-962-3313  
④長寿福祉課 ☎055-934-4834



**もりの広場コンサート vol. 2**

「もりの広場コンサート」は、もりの広場(香陵アリーナと市民文化センターの間)で行う屋外のミニコンサートです。今年度第2回の演奏は、ジャズもクラシックも楽しめる欲張りなプログラム！雨天時は文化センター正面玄関前にて開催します。気軽にお立ち寄りください。

**とき** 10月11日(土)、①11時30分～12時②13時～13時30分  
**出演** 5☆CARAT Jazz Quintet (サクソフォン、クラリネット、ピアノ、ベース、ドラムの五重奏)  
※当日、直接会場へどうぞ。

④市民文化センター ☎055-932-6111 ④文化振興課 ☎055-934-4812



**秋のひととき  
音楽を聴きませんか**

お問い合わせは  
各電話番号へ

ごみの減量に  
できる取組を始めよう

お問い合わせは  
各電話番号へ



10月は3R推進月間、11月の第2日曜日から一週間は市内一斉クリーン週間です。資源を大切に、持続可能な生活や環境美化について一緒に考えてみましょう。

10月は3R推進月間 **3R**

- リデュース(無駄なごみを出さない)**
    - 不要なものをもらわないようにしましょう
    - マイバッグ、マイボトル、マイ箸等を使いましょう
    - 簡易包装の製品を選びましょう
    - ばら売りや量り売りを利用しましょう
    - 手入れや修理をして大切に使いましょう
  - リユース(何回も使う)**
    - 詰替容器を利用しましょう
    - 不要になったおもちゃや衣類等は、必要とする人に譲りましょう
    - リユースプラットフォーム「おいくら」や沼津市「メルカリShops」、お近くのリユースショップなどを利用し、不要品を再使用しましょう
  - リサイクル(資源として再利用)**
    - 資源ごみを分別して排出しましょう
    - リサイクル製品を利用しましょう
- 📍クリーンセンター管理課 ☎055-933-0711

市内一斉クリーン週間参加事業所募集



道路や公園などにポイ捨てされたごみを拾う清掃活動に参加してみませんか。皆さんで市内のごみをなくし、まちをきれいに保ちましょう。

**とき** 11月9日(日)～15日(土)

**対象** 市内の事業所や団体

**申込方法** 市ホームページにある専用フォームまたは所定の用紙に必要事項を明記して郵送、メールまたはファクスで [広報めまづ](#) [検索](#)

**申込期限** 10月31日(金)(消印有効)

※拾い集めたごみは、希望により市で回収します。

📍環境政策課 ☎055-934-4743



沼津市は、2050年温室効果ガス排出量実質ゼロに向けた取組を進めています。環境への負荷低減のため、できることから行動しませんか。

事業者向け省エネルギー講習会

「見える化」で進める省エネルギーコストダウンをテーマに、使用エネルギーの無駄やロスを減らす手法を学ぶ講習会です。

**とき** 11月18日(火)、12月2日(火)、18時～19時30分(全2回)

**ところ** 市民文化センター第3練習室

**講師** 坂東誠さん(坂東エネルギー・環境研究所代表)

**対象** 市内で事業を営み、両日参加できる人(個人事業主を含む)

**定員** 30人程度

**申込方法** 10月29日(水)までに、事業所の名称・所在地・業種・従業員数、連絡先、参加者の氏名と職名、メールアドレスを明記してメールまたはファクスで

📍環境政策課 ☎055-934-4741  
FAX055-934-3045  
✉kankyo@city.numazu.lg.jp

「エココツ」チャレンジ(後期)

ちょっとした気配りでできる節電やエコドライブなど、7日間のエコ生活にチャレンジして、エコのコツを身に付けましょう。応募者の中から、抽選で景品をプレゼントします。

**対象期間** 令和8年2月28日(土)までの連続7日間

**応募方法** 市ホームページまたは市役所7階環境政策課にあるチェックシートを直接、郵送、ファクスまたはメールで

**申込期限** 令和8年3月4日(水)(必着)

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

[広報めまづ](#) [検索](#)

**照明器具をLED照明に取り替えよう**

一般照明用蛍光灯は2027年末までに製造や輸出入が禁止になります。LED照明は蛍光灯よりも長寿命で、消費電力も少なく省エネです。蛍光灯は計画的にLED照明へ交換していきましょう。

家庭や事業所で  
エコに取り組もう



📍環境政策課  
☎055-934-4741

困りごと、悩みを  
相談してみませんか

📍生活安心課  
☎055-934-4700

交通事故の補償問題でお困りの方へ

自動車事故の被害に遭われて損害賠償の問題でお困りの方へ、交通事故紛争処理センターの弁護士が、中立・公正な立場で、当事者間の紛争解決のお手伝いを無料で行っていきます。

担当弁護士が当事者の主張をお聞きし、あっせん案をまとめて提示します。当事者同士が合意した場合は、和解が成立して、手続が終了します。

※詳細は、ホームページをご覧ください。

📍交通事故紛争処理センター静岡相談室  
☎054-255-5528



職場のトラブルでお悩みの方へ

県東部県民生活センターでは、賃金未払いや解雇など職場のトラブルを解決するため、労働相談を受けるとともに、弁護士相談や県労働委員会のあっせん制度を紹介しています。

あっせんでは、当事者が互いに合意できるよう、あっせん員が間に入って解決のお手伝いをします。

**とき** 月～金曜日、9時～12時、13時～16時

**ところ** 県東部県民生活センター(大手町)

※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。

📍県東部県民生活センター ☎055-951-9144



まだ食べられる食品がごみとして捨てられてしまう「食品ロス」が問題となっています。「食品ロス」を減らすコツを紹介するので、できることから始めてみませんか。

- 3つの「ない」**
  - 買すぎない**  
買い物前に在庫確認し、必要な分だけ買う
  - 作りすぎない**  
体調や家族の予定などを考えて料理を作る
  - 食べ残さない**  
作った料理は早めにおいしく食べ切る
- てまえどり ～スーパー等で～**  
買ってすぐに食べるなら、賞味(消費)期限の近い商品を手前から取る
- アイデアレシピの活用**  
市民の皆さんから募集した、食材を無駄にしない「食べ切り・使い切りアイデアレシピ」をクックパッド公式キッチンホームページで紹介しています。  
レシピを参考に作ってみてください。



- 30・10運動 ～宴会や会食時～**
  - 開始30分は席を立たず料理を楽しむ
  - お開き前の10分間は自分の席で再度料理を楽しみ食べ切る
- 外食のとき**
  - 食品ロス削減に取り組むお店を選ぶ(すまいるしょっぷ等)
  - 食べられる量を注文する

**食べきれなかったらモッテコ!**

飲食店で料理が食べきれなかったときは、お店と相談し持ち帰る検討を! 環境省では、食べ残した料理を持って帰る取組「mottECO(モッテコ)」を推進しています。ただし、持ち帰りは自己責任で、食中毒に注意しましょう。

※詳細は、ホームページをご覧ください。

📍ホームページ [検索](#)



10月は  
食品ロス削減月間です

📍クリーンセンター管理課  
☎055-933-0711

**お知らせ** 学校生活を見学できます  
市立沼津高等学校・中等部のオープンスクール&中等部学校説明会



**◆オープンスクール**

**とき** 10月18日(土)  
**時間** 授業見学=8時45分~14時10分 (12時35分~13時20分は昼休み)  
部活動見学=14時20分~16時30分 (受付は8時30分から)  
**ところ** 市立沼津高等学校・中等部  
※当日、直接受付へどうぞ。  
※公共交通機関をご利用ください。



**◆中等部選抜保護者学校説明会**

**とき** ①10月18日(土)②10月29日(水)  
**時間** 13時30分~14時30分  
**対象** 小学生とその保護者、小学校教員  
**申込期限** ①10月17日(金)②10月28日(火)  
※高校の学校説明会は、11月に行います。  
※申込方法等の詳細は、ホームページをご覧ください。  
①市立沼津高等学校中等部 ☎055-924-8000  
②市立沼津高等学校 ☎055-921-0805



ホームページ

**イベント** 参加者募集  
子ども文化芸術体験事業

子供たちが様々な文化芸術を体験・発表するイベントです。日頃の成果を発表する人を募集します。  
**とき** 令和8年3月7日(土)、10時~15時  
**ところ** 市民文化センター  
**対象** 小学生を中心とした市内で活動する文化芸術の団体または個人  
**申込方法** 10月20日(月)までに専用フォームで  
※申込締切後、参加者の選考を行います。  
①NPO法人レザミ・デ・ザール 鈴木さん ☎090-9922-6455  
②文化振興課 ☎055-934-4812



専用フォーム

**お知らせ** 令和8年度小・中学校新入学  
指定校変更(通学上の安全確保)申請受付

住所に基づく指定校に隣接している学校への通学を希望できます。今年度最終の受付となりますので、希望する人は忘れずに申請してください。  
**申請方法** 専用フォームまたは市ホームページにある申請書を郵送  
**申請期限** 11月7日(金)(必着)  
※詳細は、お問い合わせください。  
①学校教育課 ☎410-8601 沼津市役所 ☎055-934-4808



専用フォーム

**お知らせ** 沼津の子育て情報満載!  
子育てポータルサイトをご利用ください

市では、子育てに関する情報を子育てポータルサイトやLINEで発信しています。  
保育園(所)の施設や空き情報、子供と一緒に遊べるイベントに関する情報など子育てに役立つ情報を掲載しています。  
子育てポータルサイトは子供の年齢や知りたい項目に応じて情報が検索できますので、ぜひご利用ください。  
LINEのリッチメニューからもご覧いただけますので、友だち追加してご利用ください!  
①こども未来創造課 ☎055-934-4842



子育てポータルサイト



LINE

**お知らせ** 様々な悩みの相談に応じます  
教育相談のご案内

親や子供自身が抱える様々な悩みの解決に向けて、相談員と一緒に考えていきます。一人で悩まず、お気軽にご相談ください。  
**◆面接相談**  
カウンセリング、心理療法、遊戯療法などを通して相談者自らが進むべき方向を見出ししていくことを援助しています。  
まずは、電話で青少年教育センターへご連絡ください。相談員が相談の概要を伺います。  
**とき** 平日、9時~17時  
①青少年教育センター ☎055-951-3440  
**◆やまびこ相談** ☎055-951-7330  
青少年に関する様々な問題や悩みについて、電話相談を随時受け付けています。匿名でも相談できます。  
**とき** 平日、10時~19時



**講座教室** 家庭教育講座  
自信がもてる子育て講座(秋期)

3人の講師が、独自の切り口で子育てのヒントをお伝えします。日々の不安を解消し、子供とのより良い関わり方を見つけませんか。

とき(全3回)	テーマ	講師	受講料
10/29(水)	昔と違う今の子育てと教育! 研究で明らかになった新しい常識とは?	親野智可等さん (教育評論家)	300円
11/5(水)	よりよい親子関係のための子どもへの関わり方について	林彩子さん (公認心理師・臨床心理士)	
11/12(水)	子どもの主体性を引き出す教育のあり方 ~子どもの言語能力と思考力を育てる~	増田修治さん (白梅学園大学 元教授)	

**ところ** サンウェルぬまづ大会議室  
**対象** 中学生以下の子を持つ保護者または子育てに興味のある人  
**定員** 80人(先着順)  
**申込方法** 10月8日(水)、8時30分から専用フォームまたは電話で  
※子供同伴での受講はできません。  
※6カ月以上の子の託児(各日5人)があります(1回あたり26円(保険料))。  
※託児の希望は10月15日(水)、17時15分までにお申し込みください(申込多数の場合は抽選)。  
①生涯学習課 ☎055-934-4870



専用フォーム

**講座教室** 簡単・おいしい・栄養たっぷり  
親子おさかな料理教室

沼津産の魚や調理法を親子で学ぶ教室です。沼津に水揚げされた獲れたての魚を、親子で楽しく調理しませんか。  
**とき** 11月15日(土)、10時30分~13時  
**ところ** 静岡ガス エネリアショールーム 柿田川(清水町玉川)  
**内容** 沼津の水産物について学ぶ、タチウオ等の調理  
**講師** 谷村由美さん(静岡ガス食育実践プランナー)  
**対象** 市内に住む小学生とその保護者  
**定員** 8組(申込多数の場合は抽選)  
**持ち物** エプロン、マスク、タオル、筆記用具  
**申込方法** 10月15日(土)、17時までに専用フォームで  
※保護者1人につき子供2人まで参加できます。  
①水産海浜課 ☎055-934-4753



専用フォーム



**イベント** わくわくいっぱい  
水産物PRイベント

沼津産の干物やお菓子が当たるメンダコ釣りゲームや魚料理レシピの配布、干物ロースターの展示等を行います。ご家族揃ってお越しください。  
**とき** 11月15日(土)  
**時間** 10時30分~13時30分(景品等がなくなり次第終了)  
**ところ** 静岡ガス エネリアショールーム 柿田川(清水町玉川)  
①水産海浜課 ☎055-934-4753



**お知らせ** 10月は里親月間です  
里親についての相談会

里親とは、経済的困窮や虐待、親の行方不明など、様々な事情によって家庭での養育が受けられなくなった子供たちを、県知事の認定を受けて自分の家庭に迎え入れ、あたたかい愛情と正しい理解をもって養育する人のことです。  
**とき** 10月11日(土)、10時~14時  
**ところ** 沼津っ子ふれあいセンター「ぼっぼ」  
**対象** 里親希望の人、関心のある人  
※当日、直接会場へどうぞ。  
①静岡県東部里親会 村木さん ☎090-6074-7484  
②こども家庭センター ☎055-951-1212



『子育て安心 明るく未来のまち』  
ひろびろりと、子育ての輪!



催し

国際スポーツ交流会

スポーツを通じて、日本に住む外国人の皆さんと国境を越えた交流をしてみませんか。

とき 11月9日(日)、14時～16時30分  
ところ 第二中学校体育館

内容 関所破り、メディシンボール、綱引き、玉入れ、障害物レース(チーム対抗戦他)

定員 日本人・外国人各30人(先着順)  
持ち物 飲み物、タオル、室内用運動靴  
申込方法 10月9日(木)、9時から電話で  
※小学生以下は保護者同伴です。  
※公共交通機関をご利用ください。

【申請】沼津国際交流協会事務局(地域自治課内)  
☎0555・9344・4717

バスの車庫見学会

バスに揺られて、普段見ることのできない富士急シテイバスの車庫(東椎路)の見学に行きませんか。バスの洗車体験や裏話もあります。

とき 10月13日(祝)

時間 午前の部 8時30分～10時50分  
午後の部 13時～15時20分

集合 沼津駅南口前広場  
(西武百貨店本館跡地)  
専用フォーム

定員 各30人(先着順)  
参加料 大人330円、小人170円  
(路線バス片道運賃)

申込方法 10月8日(木)から専用フォームで  
※見学会終了後は現地解散となります

【申請】まちづくり政策課(交通政策室)

市立図書館「ふしぎとわくわくがいっぱい!」かがく絵本

科学絵本「かがくのとみ」「ちいさなかぐのとみ」と図書館所蔵の科学関連の本を展示し、自由に手に取ってご覧いただけます。また、静岡県子ども読書アドバイザーおすすめ作品の紹介も行い、読み聞かせや科学遊びも楽しめます。

とき 10月11日(土)～13日(祝)、10時～16時30分

ところ 第3講座室  
※期間中、直接会場へどうぞ。

【申請】市立図書館(管理・事業係)

音楽×お笑いライブ エス・Oops!沼津

人気アーティストのライブとお笑い芸人のステージが一度に楽しめるフェスです。

とき 令和8年1月18日(日)、開演10時

ところ 市民文化センター大ホール

出演 LINDBERG、瑛人、サスケ、ロバート秋山、ダイノジ、心愛・KOKONAI、富士彦ほか

入場料 前売 1850円、当日 1900円(全席自由、未就学児入場不可)

チケット 10月8日(木)、10時からチケット

トピあ等で発売

※もりの広場(香陵アリーナ)と市民文化センターの間)で、地元グルメを集めた沼津良フェスにも同時開催します(入場無料)。  
※詳細は、インスタグラムを  
ご覧ください。

【申請】Oops!沼津実行委員会 吉田さん

☎0909・9999・3080

【申請】商工振興課(商工係)

☎0555・9344・4748

清水ミチコ HAPPY PARADISE

清水ミチコによる全国ツアーです。  
明るく楽しいステージをお楽しみください。

とき 令和8年1月23日(金)、開演18時30分

ところ 市民文化センター大ホール

入場料 一般 17200円  
(全席指定、未就学児入場不可)

チケット 10月18日(土)、10時から各指定  
プレイガイド・市民文化センターホームページ、13時から窓口で発売

【申請】市民文化センター

☎0555・9322・6111

【申請】文化振興課(文化政策室)

☎0555・9344・4812

ぬまづdeつながるランチ会

沼津市へ移住した人や、移住者となりたい人を対象に、気軽なランチ

会を開催します。

とき 11月29日(土)、12時30分～14時

ところ レンタルスペース POPPLY (上土町)

定員 20人(先着順)

参加料 2千円(昼食代)

申込方法 10月9日(木)から専用フォームで  
※詳細は、お問い合わせください。

【申請】いさび 小山さん

☎0900・6469・4504

【申請】政策企画課(移住定住推進室)

☎0555・9344・4813

沼津牧水祭前祭・芝酒盛

千本松原をこよなく愛した、歌人若山牧水の功績を顕彰する催しです。

とき 10月19日(日)、11時～14時30分

ところ 千本浜公園牧水歌碑前

※当日は「中学生短歌コンクール」の表彰式も行います。

※雨天時は、若山牧水記念館で開催します。

※当日、直接会場へどうぞ。

【申請】若山牧水記念館

☎0555・9622・0424

【申請】文化振興課(文化政策室)

☎0555・9344・4812

生涯学習地域講座「心の強さが運命を拓く」

中村天風の実践哲学「心身統一法」を学ぶ講座です。人間が持っている潜在能力を引き出すきっかけとなり、幸福で充実した人生を送るための実践的な方法を学びます。

とき 10月25日(土)、10時～12時

ところ 第三地区センター

テーマ 「心の底から心を強くするための実践方法を学ぶ」

講師 山下晃司さん(公財)天風会  
定員 100人(当日先着順)

【申請】生涯学習課(市民学習係)

☎0555・9344・4870

落語で学ぶ成年後見制度啓発講演会

将来に備えて知っておきたい「成年後見制度」を、落語で楽しくわかりやすく学べる講演会です。

とき 11月1日(土)、13時30分～14時50分

ところ 清水町福祉センター多目的ホール(清水町堂庭)

内容 落語「後見爺さん」

講師 桂ひな太郎さん(落語家)

定員 50人程度

申込方法 10月27日(月)までに専用フォームまたは電話で  
【申請】清水町社会福祉協議会  
☎0555・9811・1665  
【申請】福祉企画課  
☎0555・9344・4824



帯笑園 秋の七草・山野草・キク花展

東海道随一の庭園と言われた帯笑園で草花に親しむ展示を行います。

とき 10月25日(土)・26日(日)、10時～15時(小雨決行)

ところ 帯笑園(原)

※展示のほか、即売も予定しています。  
※当日、直接会場へどうぞ。

【申請】帯笑園保存会事務局 大澤さん

☎0900・6761・3267

【申請】文化振興課(文化財センター)

☎0555・9345・5010

ウクライナ児童原画展

戦争により隣国ポーランドに避難したウクライナの子供が描いた、平和を願う絵画を展示します。

とき 10月27日(月)～31日(金)、9時～17時(初日は13時から)

ところ 市役所1階多目的スペース  
※期間中、直接会場へどうぞ。

【申請】NPO法人日本沼津災害救援ボランティアの会 石川さん

☎0900・1984・4901

【申請】地域自治課(協働推進係)

☎0555・9344・4807

講座・教室

ぬまづ環境教室

自然環境や生物多様性について、フィールドワークを中心に学びます。親子や友達同士での参加もできます。

【申請】環境政策課(ゼロカーボン推進室)



ハロウィーン寄せ植え教室

ハロウィーンを彩る華やかで個性的な寄せ植えを作ってみませんか。

とき 10月20日(月)

時間 ①10時30分～12時②14時～15時30分

ところ 千本プラザ多目的ホール

講師 濱島義美さん(グリーンアドバイザー)

対象 市内に住むか通勤・通学する人  
定員 各25人(申込多数の場合は抽選)  
参加料 2200円(材料費)



NPO運営講座

民間まちづくり活動支援事業(マッチカツ)をヒントに、NPO法人と地域コミュニティが共に支え合う仕組みづくりについて考えます。

とき 10月11日(土)、13時30分～15時30分

ところ 沼津仲見世商店街旧マルサン書店(大手町)

講師 深野裕士さん(一社マチテラス製作所代表理事)、山本真紀さん(NPO法人コミナスしずおか理事)

※当日、直接会場へどうぞ。  
※詳細は、お問い合わせください。

【申請】地域自治課(協働推進係)

☎0555・9344・4807



【申請】沼津市緑化推進協議会(緑地公園課内)

〒410・8601 沼津市役所

☎0555・9344・4795



【申請】文化振興課(文化政策室)

☎0555・9344・4812

募 集

沼津御用邸記念公園

hana・花・シンフォニー出店者

11月8日(出)〜24日(休)に開催するhana・花・シンフォニーの出店者を募集します。

対 象 沼津御用邸記念公園

花や緑に関する展示・販売やワークショップができる人、県の許可を得て飲食物等の販売ができる人等

申込方法 10月15日(水)までに沼津観光ポータルにある専用フォームで

※協賛していただける団体・個人も募集しています。 ※詳細は、沼津観光ポータルをご覧ください。



沼津観光ポータル



【申】沼津御用邸記念公園 hana・花・シンフォニー実行委員会事務局(観光戦略課内)

☎0555・9344・4747

菊華展出品作品

丹精込めて育てた菊を11月8日(出)〜

ていきましよう。 とき 10月9日(休)〜15日(水)、17時〜22時

【申】健康づくり課(保健センター)

☎0555・9551・3480

沼津市総合教育会議

市長と市教育委員会が沼津の教育について協議を行います。

とき 10月27日(月)、15時〜17時

ところ 水道部庁舎3階会議室

議 題 次期沼津市教育大綱について ※会議は、ごなたでも傍聴できます。 ※当口、直接会場へどうぞ。

【申】教育企画課

☎0555・9344・4821

建物を取り壊した場合はご連絡ください

建物の一部または全部を取り壊した際には、市職員が現地調査等をして家屋課税台帳を修正します。これにより翌年度から建物に対する税額が変更になります(建物の滅失により、土地に対する税額が上がる場合があります)。令和7年中に建物を取り壊した場合は、12月26日(金)までにご連絡ください。 ※法務局で建物の滅失登記が済んでいる場合は、連絡は不要です。

【申】資産税課(家屋係)

☎0555・9344・4738

「いい遺言の日」 遺言・相続講演会

11月15日は「いい遺言の日」です。遺言や相続への理解を深めてもらうため

24日(休)に開催される「第55回沼津御用邸記念公園菊華展」に出品してみませんか。

申込方法 10月19日(日)までに電話で



【申】沼津市菊花会 渡辺さん

☎090・6575・7707

【申】観光戦略課(観光交流係)

☎055・9344・4747

二十歳の集い参加者

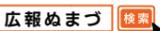
令和8年に開催する二十歳の集いは、平成17年4月2日〜平成18年4月1日生まれの人が対象です。対象となる人で、市内に住民登録のある人には、12月中旬に案内状を送付します。二十歳の集いに出席を希望し、次に該当する人は事前に申請が必要です。

①現在、市内に住民登録のない人 ②市内に住み、現住所とは異なる中学校区の二十歳の集いに出席を希望する人

申請方法 市ホームページにある専用フォームまたは参加申請書に必要事項を明記し、メールまたはファクスで

申請期限 12月12日(金)

※詳細は、市ホームページをご覧ください



広報めまづ

【公証人と法務局職員による、遺言と相続登記義務化に関する講演会を開催します。】

とき 11月13日(木)、14時〜16時30分

ところ 静岡地方法務局沼津支局4階会議室(杉崎町)

定員 30人(先着順)

申込方法 10月15日(水)、9時から電話または直接

【申】静岡地方法務局沼津支局総務課(音書案内8番)

☎0555・9233・1201

【申】生活安心課(市民相談センター)

☎0555・9344・4700

不動産の無料相談会

とき 11月12日(水)、13時30分〜16時

ところ プラサヴェルデ402会議室

内容 不動産に関する相談全般

相談員 弁護士、司法書士、税理士、不動産協会会員

定員 20人(先着順)

申込方法 10月17日(金)、10時から電話で

【申】(公社)全日本不動産協会静岡県本部

☎0544・2855・1208

【申】開発指導課(開発指導係)

☎0555・9344・4761

観光に関する住民満足度アンケート調査

(一社)美しい伊豆創造センターでは、伊豆地域に住んでいる皆さんが観光客の受け入れに対して持つ思いについて調査するため、「観光に関する住民満足

さい。

【申】生涯学習課(青少年係)

☎0555・9344・4871

定住外国人向け サービススキル科訓練生

サービス・接客業全般、観光業で必要となる基礎知識・技術のほか、日本語の基礎、会話マナーなどを学びます。

とき 12月9日(火)〜令和8年2月6日(金)の平日、9時10分〜15時50分

ところ ジョブアシストカレッジ沼津校(大手町)

対 象 就労制限がなく、ひらがな、カタカナの読み書きと日本語の日常会話ができる定住外国人

定員 15人(11月25日(火)に県立工科短期大学校沼津キャンパス(天竺)で選考会があります)

参加料 6955円(テキスト代他)

申込期間 10月14日(火)、8時30分〜11月18日(火)、17時15分

※申込方法等の詳細は、お問い合わせいただくかホームページをご覧ください。

【申】県立工科短期大学校沼津キャンパス

☎0555・9255・1072

【申】地域自治課(多文化共生係)

☎0555・9344・4717

お知らせ

10月は「浄化槽月間」です

地域の水環境を守るため、浄化槽を

度アンケート」を行います。ご協力をお願いします。

対 象 伊豆半島7市6町(沼津市を含む)に住む18歳以上の人

回答方法 専用フォームで

回答期限 11月30日(日)

【申】(一社)美しい伊豆創造センター

☎0558・72・0280

【申】観光戦略課(観光交流係)

☎0555・9344・4747

勤労者のための教育ローン補助

静岡県労働金庫の教育ローンの利子の一部を市が補助します。

教育ローンに関する相談会も行っていますので、ぜひご利用ください。

【申】教育ローン補助

資金用途 大学・短大・高等専門学校等の受験費用、進学・在学に関する費用

対象年齢 300万円

利率 年1.5%(最長5年間)

対象者 次の条件を全て満たす人

①市内に1年以上上居住していること

②同一の事業所に1年以上勤めていること

③市税を完納していること

【申】教育ローン相談会

とき 平日、9時〜15時

ところ ろうきん沼津ローンセンター(双葉町)

※平日の営業時間の他に、水曜日(17時〜19時)、日曜日(9時〜12時、13

正しく使用し、適正な維持管理をしましょう。合併処理浄化槽の新設や設置替えをする人には、市公共下水道計画区域外に限り、補助制度があります。 ※浄化槽の維持管理を実施しないと警告・命令が行われ、命令に違反した場合には過料に処せられることがあります。

◆法定検査 毎年1回、県の指定検査機関(一財)静岡県生活科学検査センター☎0544・621・5030)に依頼してください。

◆保守点検 定期的な点検・調整のため、県に登録した保守点検業者に依頼してください。

◆清掃 年に1回以上、市の許可を受けた清掃業者に依頼してください。

【申】クリーンセンター管理課(施設管理係)

☎0555・9333・0711



ピンク&ブルーリボン運動

毎年、10月9日〜15日は「Baby Loss Awareness Week」

〜亡くなった赤ちゃんのご家族に想いを寄せる1週間〜です。

この期間にあわせて、沼津港大型展望水門びゅうおを、国際的なシンボルである「ピンク&ブルーリボン」の色にライトアップします。

流産・死産、新生児死などで赤ちゃんを亡くしたご家族への心のケアや支援の大切さについて、共に理解を深め



時〜16時)にも相談を受け付けています(要予約)。

【申】ろうきん沼津ローンセンター

☎0555・9266・5515

【申】商工振興課(労働福祉係)

☎0555・9344・4749

シルバー人材センターで生きがいを見つけよう!

シルバー人材センターは働く意欲のある、60歳以上の高齢者の就業を支援しています。皆さんの経験や能力を地域づくりに活かしてみませんか。

植木の剪定、駐輪・駐車場の管理、家事援助、筆耕等の簡単な仕事を行っています。

◆入会申込はWebからどうぞ

パソコンやスマートフォン等からWeb入会申込が利用できます。

◆ご自身で説明動画の視聴と必要事項の入力をWebで行い、受付時間内に面談・入会手続にお越しください。

平日、10時〜14時

※パソコン等がない人も、センターに来所すれば手続ができます。

※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。

【申】沼津市シルバー人材センター

☎0555・9644・1153

【申】長寿福祉課(生きがい推進係)

☎0555・9344・4834



# 救急協力医

## 10月1日(水)~20日(月)

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	平日 17時~21時 土曜日 12時~18時 日曜日、祝休日 8時~18時	小児科	平日 17時~21時 土曜日 12時~18時 日曜日、祝休日 8時~18時	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
10月 1(水) 福士クリニック	932-3553 下香貫藤井原	西村医院	971-6510 長泉町下土狩	松原医院	962-1496 白銀町
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) 沼津ハピリテーション	931-1911 上香貫豊陀ヶ原	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
6(月) 稲玉クリニック	991-5111 清水町伏見	田中クリニック	992-1881 裾野市伊豆島田	ひがしおかクリニック	941-8269 清水町柿田
7(火) 小林医院	966-7700 今沢	まるやま小児科	981-8577 清水町堂庭	田沢医院	962-1205 大手町
8(水) ベル内科・脳神経	925-0555 西沢田	三島メディカル	972-0711 三島市南本町	青木整形	922-0521 高島町
9(木) スマイリークリニック	957-2510 長泉町中土狩	みらいえ	924-1111 高島本町	沼津整形	921-3791 共栄町
10(金) あめみや内科	935-1159 吉田町	西村医院	971-6510 長泉町下土狩	池田病院	986-1212 長泉町本宿
11(土) 今井医院	921-3211 五月町	よざ小児科	967-5722 原	山本整形外科	989-8111 長泉町南一色
12(日) 望星第一クリニック	922-0222 柳町	スキップこども	992-6303 裾野市茶畑	聖隷沼津	952-1000 松下
13(月) こんどうクリニック	925-2420 岡宮	すずきファミリー	960-0333 一本松	こんどうクリニック	925-2420 岡宮
14(火) 森岡医院	962-1084 大岡	三島メディカル	972-0711 三島市南本町	つばきクリニック	955-4600 長泉町中土狩
15(水) 裾野赤十字	992-0008 裾野市佐野	とりのクリニック	960-8007 杉崎町	小野医院	951-6213 真砂町
16(木) 花クリニック	987-9145 長泉町下土狩	込宮クリニック	992-8686 裾野市茶畑	込宮クリニック	992-8686 裾野市茶畑
17(金) 込宮クリニック	992-8686 裾野市茶畑	かとう内科医院	946-5562 大岡	杉谷小児科	923-6543 筒井町
18(土) 高田クリニック	962-1410 仲町	田中医院	921-2053 高島町	白石医院	951-4593 市道町
19(日) 勝呂医院	962-3083 千本中町	白十字小児科	933-5111 下香貫馬場	池田病院	986-1212 長泉町本宿
20(月) 村岡クリニック	954-2000 大岡	まるやま小児科	981-8577 清水町堂庭	まのクリニック	935-1515 下香貫塩満
10月 1(水) 池田病院	986-1212 長泉町本宿	函南平出クリニック	978-1366 函南町塚本	池田病院	986-1212 長泉町本宿
2(木) 小林内科医院	921-2165 米山町	杉谷小児科	923-6543 筒井町	駿東整形	922-8855 高沢町
3(金) 小野医院	951-6213 真砂町	原医院	992-1330 裾野市佐野	五十嵐クリニック	934-6700 志下
4(土) 原医院	992-1330 裾野市佐野	スキップこども	992-6303 裾野市茶畑	西方外科	921-1333 共栄町
5(日) 愛鷹クリニック	967-3711 今沢	5(日) 三島耳鼻咽喉科	935-6681 下香貫樋ノ口	12(日) かみで耳鼻咽喉科	0545-53-3321 富士市伝法
6(月) 19(日) 田中耳鼻咽喉科	975-0226 三島市中央町	13(水) サイラクリニック	935-1133 市場町		
7(火) 5(日) 本田さくら眼科	951-1365 大手町	12(日) 小野眼科	929-1881 高島町	13(水) 矢田眼科	962-2006 三枚橋町
8(水) 19(日) はとり眼科	987-6789 長泉町中土狩				
9(木) 5(日) 市立病院	924-5100 東椎路	12(日) 船津クリニック	0545-65-7272 富士市川成新町	13(水) 田中産婦人科	971-3541 三島市中央町
10(金) 19(日) かぬき岩端医院	932-8189 下香貫前原				
11(土) 5(日) いくこ歯科医院	968-4618 原	12(日) 松永歯科	963-8814 八幡町	13(水) 松本デンタルクリニック	943-7350 米山町
12(日) 19(日) 光野歯科クリニック	934-0077 下香貫大久保				

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

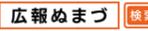
救急安心電話相談窓口 ☎#7119または☎054-204-7119  
静岡子ども救急電話相談 ☎#8000または☎054-201-9910  
厚生労働省医療情報ネット ☎0570-000-692

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

### 土地の埋立て・盛土等に 関するお知らせ

県では、盛土規制法に基づく規制が開始されています。  
これに伴い、沼津市盛土条例を一部改正し、盛土規制法の許可を受けなければならない事業は市盛土条例の適用除外となっています。  
※詳細は、県または市ホームページをご覧ください。



### 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。

沼津市盛土対策課  
☎054・221・2137  
☎055・934・4761

### 第13回沼工同窓会美術展

絵画、写真、彫刻、版画、工芸など  
様々な分野で活躍している沼津工業高等学校の同窓生と、現役の生徒たちの  
作品展示会です。

とき 10月10日(金)~15日(水)、10時~17時(最終日は15時まで)  
ところ 沼津市生涯学習センター(大手町)  
※期間中、直接会場へどうぞ。

### 石仏の里大平の史跡めぐりとウオーキング

大平の石仏や神社などの史跡を、約

### 7km歩いて巡ります。

とき 10月19日(日)、9時~12時  
集合 大平地区センター  
定員 30人(先着順)  
持ち物 飲み物  
申込方法 10月10日(金)から電話、専用フォームまたは住所、氏名、年齢を明記してファクスで  
※雨天の場合は、大平地区センターで講話を行います。



### 瀬尾記念慶友病院 マルシェdeポッポ

とき 10月18日(日)、10時~14時  
ところ 瀬尾記念慶友病院(下香貫島郷)地域と共有していく  
内容 医療講演、医療相談窓口、院内見学ツアー、消防車・救急車体験、キッチンカー、近隣地域の店舗の出店、ドリンク販売、縁日等  
※当日、直接会場へどうぞ。

### 太極拳体験会

とき 10月20日(月)・22日(水)・29日(水)、9時30分~11時  
ところ 香陵アリーナ武道場D  
対象 市内に住む50歳以上で医師から運動を禁止されていない人  
定員 各20人(当日先着順)



### 持ち物 飲み物、タオル、室内用運動靴

練習の会 渡辺さん  
☎080・3073・7090  
とき 10月21日(火)~26日(日)、9時30分~16時30分  
ところ 沼津教育会館(丸子町)  
内容 絵画・書・園芸・陶芸・写真・彫塑・手芸等の展示  
※沼津西高校芸術科の協力による、生徒の作品展示もあります。  
※駐車場があります。  
※期間中、直接会場へどうぞ。

### 沼津市退職教職員作品展

とき 10月25日(土)、開演14時  
ところ 大手町会館2階ホール  
定員 80人程度(当日先着順)  
※沼津落語談話会 原さん  
☎090・6369・6191

### 沼津お気楽寄席

地元のアマチュア落語家・演芸者等による発表会を開催します。  
とき 10月25日(土)、開演14時  
ところ 大手町会館2階ホール  
定員 80人程度(当日先着順)  
※沼津落語談話会 原さん  
☎090・6369・6191

### 順天堂大学保健看護学部 公開講座

とき 11月8日(土)、13時~14時30分  
ところ 順天堂大学保健看護学部(三島市大宮町)  
テーマ 最高の体調を維持する健康習慣  
講師 小林弘幸さん(順天堂大学医学部附属順天堂医院総合診療科教授)  
※当日、直接会場へどうぞ。

### ※公共交通機関をご利用ください。

※オンライン聴講を希望する場合は、ホームページにある専用フォームから登録してください。  
※当日、中学生・高校生を対象とした学部相談・見学会(要予約)も開催します。  
順天堂大学保健看護学部  
☎055・991・3111



### モンミユゼ沼津の企画展

織りの地平〜記憶と文化をたどる旅 小林グレイ愛子展  
10月4日(土)~11月24日(火)、10時~17時(入館は16時30分まで)  
※ぬまづスクールのミュージアム(香貫小)児童作品展  
10月4日(土)~11月24日(火)、10時~17時(入館は16時30分まで)

### 千本プラザミニギャラリー

千本木版画教室作品展  
10月8日(水)~12日(日)、10時~16時  
※切り絵の展示  
10月15日(水)~19日(日)、10時~16時(初日は12時から、最終日は15時まで)  
※第6回沼津きりえの会作品展  
10月20日(月)~26日(日)、10時~15時(初日は13時から)  
※スタンドグラスOB会作品展  
10月31日(金)~11月2日(日)、10時~16時  
※第35回沼津市役所燦爛OB会趣味の作品展  
11月6日(水)~9日(日)、10時~17時(初日は13時から、最終日は16時まで)

# 御成橋

狩野川とアーチ型の御成橋の眺めは、沼津を象徴する景観のひとつです。夜にはライトアップされ、昼とは違う美しさを見せてくれます。

御成橋の歴史は古く、前身となる港橋(湊橋)が開通したのは今から149年前の明治9年。沼津で初めて狩野川に架かった橋でした。当初は今で換算すると約100円の通行料がかかっていたそうです。明治45年には、県東部で初となる鉄橋が完成し、御用邸へ訪れる皇族が通ることから「御成橋」と名付けられました。その後、洪水による破損や流出があり、昭和12年、現在の橋に架け替えられました。戦禍にも耐え、長きにわたって人々の生活を支えてきた御成橋からは、狩野川はもちろん香貫山や牛臥山、沼津のまちなみを眺めることができます。また、初夏のこいのぼり、夏の花火大会、冬の消防出初式での一斉放水といった四季折々に狩野川で行われる行事も、御成橋と一緒に眺めることでより沼津らしさを感じられる気がします。週末は我入道の渡し船も運航していますので、秋風を感じながら御成橋がつくり出す沼津の景色を味わうのもおすすめです。

まちと人をつなぎ続ける沼津のシンボル御成橋。季節を感じるお散歩に出かけてみませんか。



ぬまづの宝100選



©NUMAZU City Office

広報ぬまづ 2025年10月1日号 No.1745 <https://www.city.numazu.shizuoka.jp/>

広報紙に関するお問い合わせ、ご意見・ご感想は〒410-8601 沼津市役所 広報課までどうぞ。

TEL 055-934-4703 FAX 055-935-1560 メール kouhou@city.numazu.lg.jp

この広報紙は、再生紙を使用しています。

がいこくごばん  
こうほうぬまづ  
はこちら



沼津市の住民基本台帳人口(9月1日現在) 人口 18万 4,255人 男性 9万 972人 女性 9万 3,283人 世帯数 9万 4,427世帯