

ひとり親家庭のための登録販売者講習

就職やスキルアップに役立つ「登録販売者」の資格取得試験に向けた講習会です。

時 12月12日(土)～令和9年3月20日(土)、9時30分～16時30分(全7回)

所 大原学園沼津校(大手町)

対 ひとり親家庭の父母、寡婦または子供がいて離婚を考えている父母

定 15人

￥ 9,500円(テキスト代他)

申 申込期限/9月30日(火)

※ 申込方法等の詳細は、 ホームページをご覧ください。

※ 託児があります(要予約)。

申問 ひとり親サポートセンター
☎054-254-1191

問 こども未来創造課
☎055-934-4868

募 集

戸田 B&G 海洋センター運営審議会委員

任 期/10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/「戸田B&G海洋センターについて思うこと」をテーマとした小論文(1,000字以内)及び面接
応募方法/戸田B&G海洋センター、市ホームページにある所定の用紙(小論文を含む)を直接または郵送
応募期間/8月3日(月)～31日(月)(必着)

申問 ウィズスポーツ課
☎055-934-4893



障がいのある人のためのスイーツ教室

季節にちなんだスイーツを楽しく作ります。

時 9月19日(土)、9時45分～11時15分

所 金岡地区センター調理実習室

対 講師/成澤亜紀さん(パティシエ)
対 市内に住む身体障がい者手帳を持つ18歳以上の人

定 10人(申込多数の場合は抽選)

￥ 1,000円(材料費)

持 エプロン、三角巾、マスク、室内用靴

申 9月3日(木)までに電話またはファクスで

申問 生活支援センターあしたか
☎055-923-7981
FAX055-923-7985

問 障がい福祉課
☎055-934-4830
FAX055-934-2631

外国語講座(英語)

クラス	内 容(全10回)
①初級	簡単な文章を使って話せるようになる
②初中級	実用的に使えるフレーズを増やす
③中級	表現力を高め、自然な英語を目指す

時 ①9月29日～12月8日の毎週火曜日(11月3日(木)を除く)

②10月1日～12月3日の毎週木曜日

③10月2日～12月4日の毎週金曜日

時間/18時45分～20時45分

所 沼津労政会館(高島本町)

定 各20人(先着順)

￥ 各20,000円(受講料)(教材費別)

申 申込期間/8月8日(土)～9月4日(金)

※ 申込方法等の詳細は、お問い合わせください。

申問 (公財)静岡県国際交流協会
☎054-202-3411

問 地域自治課
☎055-934-4717

介護職員初任者研修

時 9月8日～11月17日の毎週火・金曜日、9時～17時(全21回)

所 春風会プレーグあしたか2階会議室(東椎路)

対 介護職に関する基礎知識や技術を習得し、資格を取得したい人

定 12人程度

￥ 10,000円(受講料)(教材費・保険料別)

申 8月21日(金)までに電話で

申問 社会福祉法人春風会あしたかホーム
☎055-967-1166

問 長寿福祉課 **☎**055-934-4873

いきいき足腰づくり運動教室

ストレッチや筋トレ、簡単な手指体操など、無理なく取り組める教室です。

時 9月2日・9日・16日の水曜日、10時～11時15分(全3回)

所 千本プラザ多目的ホール

対 市内に住む65歳以上の人で医師から運動を禁止されていない人

定 30人(申込多数の場合は抽選)

申 8月21日(金)、21時までに専用フォームまたは電話で
 専用フォーム

申問 香陵アリーナ **☎**055-928-5231

問 長寿福祉課 **☎**055-934-4835

女性起業応援スクール

女性の起業について基礎から学べます。

と き	内 容(全3回)	定員
8/22(土)	「起業のはじめ方」 「SNS・AI活用①」	各30人程度
9/5(土)	「お金の基礎知識」 「SNS・AI活用②」	
9/19(土)	「リアルな起業ストーリー」 「SNS・AI活用③」	

時 10時～12時30分

所 沼津商工会議所(米山町)

申 各開催日前日までに専用フォームで
 専用フォーム

申問 沼津商工会議所女性会
☎055-921-1000

問 商工振興課 **☎**055-934-4748

野菜づくり講座

時 ①8月20日(火)②令和9年2月12日(金)、10時～12時

所 市民文化センター大会議室

内容/①秋からの野菜づくり(秋・冬野菜)②春からの野菜づくり(春・夏野菜)

講師/石川靖さん(一社)日本種苗協会シードアドバイザー)

対 次のいずれかに該当する人
・沼津市振興公社が運営する家庭菜園を利用している人
・市内に住むか通勤する18歳以上の人

定 各70人(先着順)

申 8月10日(月)、8時30分から電話で

申問 (公財)沼津市振興公社
☎055-931-8844

問 農林農地課 **☎**055-934-4757

しごとのための日本語が無料で勉強できます！

JICEでは、「しごとのためのほんご」コースを実施しています。

このコースでは、仕事で必要となる日本語のほか、日本の職場での習慣やルールについて学ぶことができます。受講方法は、教室で学ぶ対面コースと自宅などから参加できるオンラインコースの2種類があります。

時 8月27日(火)～12月8日(火)、19時～21時

所 プラサヴェルデ小会議室

対 日本に住み、日本で働くことができて、就職やキャリアアップのために日本語の勉強が必要な人

定 20人程度

申 8月17日(月)までにハローワーク沼津に直接
※ 8月20日(火)にレベルテストがあります。

※ 詳細は、ホームページをご覧ください。
 ホームページ

申問 JICEスタッフ
☎080-4335-9543

問 地域自治課 **☎**055-934-4717

おとなのためのフィットネス講座

自分の生活スタイルにあわせて健康づくりを始めませんか。体組成・血圧測定や、健康講話などもあります。

■ 平日・夜の部(18時30分～20時30分)

と き(全2回)	内 容	定員
① 9/25(金)	リラックスヨガ	20人
② 11/25(火)	ナイトエアロビクス	

所 香陵アリーナ多目的スタジオ
講師/①草場聡子さん②瀧口紫乃さん

■ 休日・朝の部(9時30分～11時30分)

と き	内 容	定員
① 12/5(土)	リラックスヨガ	30人
② R9.1/17(日)	DISCO WORLD	40人

所 サンウェルぬまづ多目的ホール
講師/①小林愛望さん②高木洋子さん

◆ いずれも

申 8月31日(月)までに専用フォームで
 専用フォーム

対 市内に住むか通勤・通学する18～64歳の人

※ 申込多数の場合は抽選です。

申問 健康づくり課(保健センター)
☎055-951-3480

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の点訳や文書のデジタル化を行うボランティアを養成する講習会です。

内 容	と き(全2回)
① 点訳の入門	9/3(木)・17(木)、13:30～15:30
② 文書のデジタル化	9/5(土)・19(土)、10:00～12:00

内容/①初心者向けの点訳の基礎
②生活に必要な書類などをパソコンで読めるようにする

所 市立図書館第4講座室

定 各20人程度

申 各開催日前日までに電話またはファクスで

申問 市立図書館
☎055-952-1234
FAX055-952-1219

学び・カルチャー

外国人住民のための防災講座

地震や津波、火事などの災害が起きた時、どう行動すべきかを学べます。

時 9月27日(日)、13時30分～16時(受付は13時～13時30分)

所 沼津北消防署(寿町)

内容/防災講座、消火体験、煙体験、心肺蘇生法、AED使用法

対 市内または近隣市町に住む外国人
定 40人(先着順)

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 8月12日(火)、9時～9月16日(火)、17時に電話、メールまたは市ホームページにある専用フォームで

※ 動きやすい服装でお越しください。

※ 公共交通機関をご利用ください。

※ 詳細は、市ホームページをご覧ください。
 ホームページ

申問 地域自治課
☎055-934-4717

✉kokusai@city.numazu.lg.jp



健康講習会

時 9月28日(月)、13時30分～15時

所 高齢者就業センター研修ルーム松(千本プラザ内)

テーマ/筋肉を包む「筋膜」のねじれや癒着を解きほぐす「筋膜」ケアで呼吸と姿勢を整えましょう

講師/眞野知美さん(健康運動指導士)

対 市内に住む60歳以上の人

定 13人(申込多数の場合は抽選)

持 ヨガマット、バスタオル2枚

申 8月19日(火)、15時までに電話で

申問 沼津市シルバー人材センター
☎055-964-1153