

めまづ
Proud NUMAZU
広報
2017年(平成29年)
No.1565
12月1日号
<http://www.city.numazu.shizuoka.jp/>

起業

自分らしく暮らすための
ひとつの仕事の形

case 1

UIターンによる起業

東京・三軒茶屋の人気のレストランが生まれ故郷の沼津にUターンして、陽気な食堂をオープン

Baker's Dozen
(ベイカーズダズン)
町方町9-1
☎ 055-954-2266

左から) 東京時代からの友人・池川さん、沼津に来てから仲間入りした井本さん、オーナーの塩川さん、三軒茶屋時代からのスタッフ・ケビンさん

特集

自分らしく暮らすための
ひとつの仕事の形

起業

働くということは、その仕事に多くの時間を費やすことと言えます。生まれ故郷で働く、都心部に出る、企業に勤める、家業を継ぐなど、その人の考え方や置かれた環境によって、場所・時間・雇用形態や仕事内容など、様々な選択肢があります。

その中のひとつが「起業」です。自らがやりたいことを自らの考えで形にしていく。そこには、様々な困難があるかもしれません。しかし、想いが形になった時、その喜びは計り知れないはずです。

今、沼津市では、行政の支援だけではなく、市民の中から起業を支援していこうといった動きが活発になってきています。今回の特集では、起業をして頑張っている人や起業に向けてチャレンジする人、こうした人たちを支援していこうとする人を紹介します。

☎商工振興課 ☎ 055-934-4799

自分らしく働くために ふるさと沼津へ

新仲見世商店街を南に抜け、沼津銀座と交差する角にあるオレンジ色の壁とグリーンのアーチが印象的な「Baker's Dozen」。東京の三軒茶屋で人気を博したイタリア食堂が、ビルの建て替えにより移転をせまられたことで、オーナー塩川雅也さんの出身地である沼津で今年の4月に再オープンしました。

塩川さんは東京の大学在学中に食べたケーキの味に惚れ込み、その足でケーキ店にまさかの弟子入り。大学を辞め、飲食業を一生の仕事と決めました。その後、レストランで料理修行を重ね、2014年に三軒茶屋でパティシエが営む食堂をオープン。知人もあまり多くない土地で始めたお店だったため、苦勞も多かったが、徐々に常連客も増え、軌道に乗り始めました。

充実しつつも、慌ただしい東京での暮らしに疑問を覚え、精神的に豊かに暮らしたいとの想いから、いつかは沼津に帰りたいと考えていた塩川さん。そんな中で迎えた移転という転機。東京で新たな物件を探す最中に、デザインの仕事をしていた奥さんが、沼津のリノベーションま

ふるさとだからこそ 夢に手が届く

塩川さんが沼津に戻り起業したひとつの要因に、店舗家賃の安さがありました。東京で夢を実現するためにはコストが掛かりすぎてしまい、挑戦する機会を失ってしまう人や、いざ挑戦できたとしても、お金の追われる日々を過ごす人もいます。だからこそ、昔から慣れ親しみ、コストも掛かりすぎないふるさとに自分らしく働ける環境があるのではないかと塩川さんは言います。

沼津に戻り、約半年間働いてみて改めて感じるのは、自然や人に恵まれたとても楽しく誇れる



看板メニューの貝がたっぷり入ったパスタ「KAIZUKA」のほか、その日限定の黒板メニューもたくさんあります

ちづくり冊子の作成を依頼されたことから、故郷である沼津に足を運びました。冊子の取材で沼津で商いをしていく人たちの生の声を聞き、地元の人々に愛されている様子を見て、沼津で働き暮らすことのイメージができ、現店舗となる物件との運命的な出会いもあつたことから、沼津に戻ることを決意しました。後押ししたのは駅の改札を出て奥さんが言った「いいまちだね」の一言。まちなかを川が流れ、山や海などの自然があふれる沼津。東京で働くうちに故郷の魅力が忘れかけていましたが、奥さんにはとても魅力的に感じられたそうです。

東京時代の仲間も塩川さんの想いに共感し、沼津に移住しました。勝手を知るメンバーと一緒にだからこそ、自分たちらしい新たなお店が完成しました。

「Baker's Dozen」の名前には、パン屋さんが1ダース12個のパンを頼まれたら1つを余分に渡すという風習に倣い、そんな思いがけない幸せをお客さんに届けられるようにしたいとの想いが詰まっています。

自分らしく働くために地元に戻って起業した塩川さんは、都心部で働くことを体感したからこそ、沼津が持つ魅力やふるさとで働く意義を感じることができたと言います。これから進学や就職のために沼津を離れる人もいますが、塩川さんのようにふるさとで働くことは、自分らしく暮らす選択肢のひとつであることを心に留めて下さい。

沼津での就職をサポートします！

沼津しごと応援サイト『ぬまjob』



<https://numa-job.net/homes>

人材を探している市内企業と、沼津で働きたいと考えている求職者のマッチングを図る目的で市が運営している就職支援サイトです。簡単な手続きで市内企業からの最新の求人情報がご覧頂けます。

これからも市では、みなさんの「沼津で働きたい」という想いの実現に向け、様々な形でサポートしていきます。



一起業塾では
こんなことを学びましたー

第1回 写真の撮り方講座

小物を使用したりアングルを変えるなど、美しく見える撮影に挑戦

第2回 チラシづくり講座

ターゲットに響く言葉やレイアウトなど、効果的なつくり方を学習

第3回 経営・会計講座

数字を意識して意思決定を行うことの大切さを学習

第4回 ホームページづくり講座

ウェブサイトを立てる際のポイントを踏まえて実際に作成

第5回 出店体験

狩野川ローカルマーケットでの出店体験(選抜4名)



第1回「写真の撮り方講座」参加者のみなさん in Mission Bay(ミッションベイ)

case2

小さくはじめる
起業塾

起業に関する様々な内容を学べる連続講座で、あなたの未来を開きます

第2回会場「cafe/day」オーナー狩野さんご夫婦(健一郎さん・宏美さん)にお話を伺いました



cafe/day(カフェデイ)
沼北町1-14-26
☎055-922-3910

私たち自身が、沼津の大好きなカフェで過ごす時間を特別に感じ『沼津っていいな』と思ったように、まちにお気に入りの店があることも、そのまちを好きになる一つの要因ではないかと思えます。私たちのお店を通じて沼津のまちをもっと好きになってもらいたい、そんな想いで7年前に故郷の沼津で起業しました。

カフェは、自分の時間を過ごす場所だけでなく、人と人が結びつく場であるとも感じています。起業塾にはたくさんの方、特に女性が多く参加し、女性が活躍するきっかけづくりの場として良いなと思うと同時に、まちのカフェとして、こうした人たちの支えとなっていきたいとも感じました。



9月からはお店の一角でワークショップを開催できる場を提供。起業に向けたチャレンジの場として利用できます(要予約)。

趣味を仕事に変えてみたい
そのための学びの場

起業に興味はあるけれど、どうやって始めたら良いかわからない、成功できるか不安など、一歩を踏み出せない人は多くいます。そんな人たちの悩みの解決、起業への後押しを目的に、沼津市では起業を目指す人たちが楽しく交流しながら学ぶ「小さくはじめる起業塾」を初めて開催しました。

これは、起業に必要となる技術や知識を全4回の実践的な連続講座で学び、それらを活かして実際に出店体験までを行うものです。回ごとにテーマを設け、その道で活躍するプロが講師となり、自分たちの経験に基づいた熱い講義を行い、どの回も定員の約2倍である30人以上が参加しました。参加者の多くは女性で、結婚や出産を機に仕事を辞めてしまったけれど、自分の持つ趣味や特技を活用して何かを始めたいとの思いから、多くの人が参加しました。

(※)各個人が独立して働きながら、相互にアイデアや情報を交換し、オフィス環境を共有することで生まれる相乗効果を目指すコミュニティ・スペース

情報交換や互いの夢を語り合う場としてランチ交流会を開催するなど、実際の起業に繋がればとの想いを込めたものでした。参加者の一人であり、出店を体験した滝澤みどりさんは「数年前に興味で始めたクラフトバンドで作るバッグや小物類を友人から『ステキね』と言われたことがきっかけで参加したいと思いました。このような講座の参加は初めてで、応募を迷いましたが、以前からの知り合いで講座の会場にもなったcafe/dayの狩野さんに相談したところ『参加してみたら』と後押しされて参加を決意しました。私にとっては学ぶことすべてが新鮮で、難しいことばかりでしたが、他の参加者さんの熱意を感じ、自分を奮い立たせるきっかけとなりました。出店してお客様と触れ合うことは本当に楽しく、出店後には、cafe/dayで月1回ワークショップを開催するなど、起業に向けて積極的に活動しています。あの時、狩野さんに相談し、一歩踏み出すことができ本当によかったです」と話してくれました。



滝澤さん(作家名:増 碧さん)のクラフトバンド作品

あなたの起業をサポートする 仕組みがまだまだあります

相談は「ぬまサポ」へ

◆ぬまづビジネスサポート連絡会

沼津商工会議所を中心に、沼津地域中小企業支援センター、沼津市商工会、沼津信用金庫、日本政策金融公庫、沼津市などが連携して起業・創業を支援しています。起業相談だけでなく、事業を展開していく際に必要となる市場開拓、新製品や技術等の開発にかかる費用の一部を補助する制度など各種支援メニューをご紹介します。まずはぬまサポ相談窓口へご相談下さい。※相談料は無料です。

☎ぬまサポ相談窓口（沼津商工会議所内）

☎055-921-1000

情報の受発信は必須

起業に関わる様々な内容について、SNSを活用して情報の受発信を行っています。

◆起業×まちづくり×沼津

「まちなか起業支援事業」や「民間支援まちづくりファンド事業」など、起業に役立つ様々な情報を発信中。

◆リノベーションまちづくり沼津

遊休不動産を活用し、新たなコンテンツを生み出すことで、賑わい創出を図るリノベーションまちづくりも起業を支援。

起業相談窓口

女性が輝くために

自身も起業家である女性たちを講師に、子育てしながらできること、自宅での開業など、女性の持つ悩みを解決しながら起業に向けて学ぶセミナー等を開催しています。

☎沼津商工会議所

☎055-921-1000



私も支援します
NPO法人 Woman's サポート理事長
曾根原容子さん

女性が輝くまち沼津！と言われるよう、起業を目指す女性の夢の実現に力を注ぎます。

起業を支える各種SNS

しっかり学習

国の認定を受けたカリキュラムで起業・創業について学びます。ビジネスプランの作成指導など、起業に向けたイメージを具体化できます。修了者には会社設立時の税の軽減や、創業時の各種保証などの面で様々な優遇措置があります。

☎沼津商工会議所

☎055-921-1000

女性起業支援セミナー

まずはおためし

新仲見世商店街の空き店舗を活用してお試し起業ができます。1日単位で借りられるので、開業予定で事前に試行したい、お店を持つ夢を叶えてみたい、空いた時間を有効に使いたいなど、あなたのスタイルにあった出店が可能です。

☎まちづくり政策課

☎055-934-4886



- ・1日2千円から出店可能
- ・商店街とも連携できる
- ・おしゃれ屋台も無料で使用可能
- ・販売やワークショップなど、ジャンルにとらわれず出店できる



自慢の玉子焼を
多くの人に
さくら亭
柳由利子さん

沼津のまちなかでお店を出したいと思っていたところ、1日単位で気軽に店舗体験できるこの事業を知りました。出店日を自由に決められ、時間を有効活用できますし、実際に店舗を構える時のイメージをつかむことができるので未来の出店に繋がります。初めての出店日には、用意した玉子焼が足りない位の繁盛ぶり、驚きつつも大変嬉しかったです。

空き店舗活用トライアル起業支援

case3

起業から 更なる飛躍

起業時の想いを胸に、
更なる成長を目指し
世界に羽ばたく



(株)イージステクノロジーズ
代表取締役 CEO
茅野修平さん



未来の
技術者とともに
成長していく

沼津高専専攻科の学生3人のインターンシップを受け入れており、学生は約4カ月の長期に渡り、自ら課したテーマの実用化に社員とともに取り組んでいます。

茅野さんは「学校とは違う実践的な場で、今まで学んできた事をどれだけ活かせるのかを、直接感じられる機会ですので、何事にも積極的に挑んで欲しいと伝えています。学生という立場よりは、会社のメンバーという気持ちで受け入れていきますので、私たちにとても刺激となり、社内の雰囲気も活気付いています。未来ある若者たちが社会に出る時のヒントになるよう、これからもチャレンジの場を提供していきたいです」と教えてくれました。

すべての人に平等な 安心と安全を届けたい

(株)イージステクノロジーズは、2015年に設立されたICT企業です。両親の急逝、祖父母の介護といった事由で地元・沼津に戻ることを決意した茅野さんは、前職で交通事故の悲惨な現場を目の当たりにしたことから、事故を減らし、悲しむ人を減らしたいとの想いで起業しました。

まず、茅野さんが手掛けたのはトラックに装着が義務付けられている運行記録計の改善でした。高精度電子基板の開発により、運行記録を自動でデータ分析し、ドライバーの運転特性を把握することで、それぞれのドライバーの適正に合った運転改善のアドバイスを行い、事故防止を図るものです。機器自体の小型化・低価格化を図り、導入しやすい環境も整備し、実用化に繋がりました。

こうした技術を世界に発信すべく、現在は、開発した電子基板を他の技術に応用し、インフラ環境の整備に向けたネクスコ中日本との実証実験や防災に繋がる取り組みの実用化など、すべての人が平等に安心・安全を享受できるよう奮闘しています。功績が評価され、起業者を表彰する「EYアントレプレナー・オブ・ザ・イヤー2017ジャパン」東海・北陸地区大会では見事に賞を受賞しました。

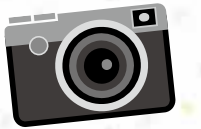
とですが、明確なビジョンを持ち、きちんとした段取りを組めば間違いなく成長できます。ゼロから始めることは苦勞もありますが、初心さえ忘れずに取り組んでいけば、周囲の人も認め支えてくれるはず。私たちは社員全員がフラットな立場で仕事に取り組み、意見を言い合うことでよりよい仕事に繋がります。互いに成長を実感できています。これから沼津で起業をしたいと考える人がいれば、支えたいですし、活躍できる場を提供できるように私自身も成長を続けていきたいです」と語ってくれました。

起業者ととも輝くまちへ

夢や希望を抱いて沼津で起業し、挑戦する人がいます。小さい頃から持ち続けた夢を叶えたい、会社員として働いたからこそ見えてきた本当にやりたいことを実現したいなど、起業する理由はそれぞれです。しかし、「確かな志を持って、沼津で自分らしい生き方に挑戦する」という想いは誰もが同じです。起業する時も、起業してからも、ひとりの力だけで何かを成し遂げていくのは難しいものです。沼津のまちに暮らし、沼津を愛する人たちが起業家たちを支え、また起業家同士も支え合っていくことで、未来が繋がります。沼津のまち全体を明るく照らしてくれるはず。 「沼津で起業してよかった」 起業家がそんな風に思うためには、沼津に住む人たちに愛されることは重要な要素です。起業した人たちの多くは初心を忘れず、たゆまぬ努力をしています。だからこそ、沼津に住む皆さんも、自分たちのまちに新しくできたお店に気がついたら、ドアを開けてみませんか。オーナーさんと話してみること、沼津のまちの新しい楽しみ方を見つけることができるでしょう。

写真で振り返る2017

NUMAZU TOPICS



9月23日 INN THE PARK オープン

泊まれる公園「INN THE PARK」は、40年以上愛されてきた「少年自然の家」を現代的にリノベーションし、複合宿泊施設として生まれ変わりました。

公園での宿泊や屋外ダイニングでの食事などを楽しむことができます。



10月1日 子ども医療費無料化スタート

「子育てするなら沼津」を目指し、子どもの健やかな成長を願うとともに、家庭の経済的負担の軽減を図るため、0歳から18歳まで医療費の無料化を実施しました。



10月14日 NUMAZU サイクルステーション静浦東で スポーツ自転車のレンタル開始

レンタサイクルが始まり、沼津サイクリングを手軽に楽しめるようになりました。



7月29日 燦々ぬまづ大使 「Aqours」認証式

沼津が舞台のアニメ「ラブライブ!サンシャイン!!」のスクールアイドルが燦々ぬまづ大使に選ばれました。沼津夏まつりでは「Aqours」の声優さんたちによるライブが行われ、まつりを盛り上げました。



8月5日 海上タクシー試験運航開始

沼津の宝である海を有効活用し、観光客の誘客と遊漁船の有効利用を目的として、遊漁船による海上タクシーの試験運航を行いました。



9月3日 総合防災訓練



静岡県との共催で行われた訓練では、自衛隊を動員した物資輸送や漂流者救出訓練などが市内各所で行われました。



9月6日 Proud NUMAZU kosodate 発足

子育てサークルの代表者や保育士などで構成されたProud NUMAZU kosodate を発足し、市長を表敬訪問しました。子育て中のママさんならではの情報発信やイベントを企画運営しています。



5月31日 市長と語る会(～9月6日) 「元気な沼津! まちづくりトーク」



より強固なパートナーシップのもとで協働のまちづくりを推進することを目的に、地域の現状、課題などについて、市民の皆さんと市長が直接意見を交換する場として、市内18カ所で行った「元気な沼津! まちづくりトーク」を開催しました。

7月22日 駿河湾深海生物館リニューアルオープン

深海魚の聖地、戸田の駿河湾深海生物館が新たに生まれ変わりました。オープンイベントでは、監修者であり名誉館長のココロコ田中さんが訪れ、大いに盛り上がりしました。



3月16日 NUMAZU サイクルステーション 静浦東オープン

沼津市と狩野川周辺サイクル事業推進協議会が、伊豆の玄関口にある旧静浦東小学校にスポーツ自転車を楽しむ拠点施設を開設しました。



3月18日 新東名高速道路駿河湾沼津スマートインターチェンジ開通



駿河湾沼津サービスエリアからの出入りが可能となり、新東名高速道路の更なる利用促進が期待されます。

4月26日 アスクラロスルガ(株)とパートナーシップ協定締結

協働による地域の発展を目指し、協定を結びました。10月にはアスクラ沼津オリジナルカクテルが誕生し、「BARのまち沼津」を盛り上げています。



12月	11月	10月	9月	8月	7月	6月	5月	4月	3月	2月	1月
3日 地域防災訓練	3日 CYCLOG伊豆狩野川2017	2日 サンウェルぬまづ10周年記念イベント(～30日)	28日 松籙の夏2017(～11月15日)	26日 海上タクシー試験運航開始	29日 沼津夏まつり・狩野川花火大会(～30日)	1日 沼津水産祭	20日 沼津水産祭	26日 アスクラロスルガ(株)とパートナーシップ協定締結	16日 NUMAZU サイクルステーション静浦東オープン	5日 ぬまづフリーマーケットフェスティバル&消費生活展	8日 成人式(4日戸田)・新成人議会
3日 燦々ぬまづ大使「Aqours」認証式	5日 戸田さんさんまつり	14日 市立病院入院センター開設	7日 沼津自慢フェスタ2017(～9日)	5日 海上タクシー試験運航開始	21日 カラマズー市市民訪問団来沼	1日 市長がごみの回収業務を体験「鉄道高架事業の必要性について」を公表	23日 民間事業所と災害救助に必要な物資の調達に関する協定締結	4日 大瀬まつり・内浦漁港祭	18日 新東名高速道路駿河湾沼津スマートインターチェンジ開通	28日 サイクルスタイルーズU	9日 消防出初式
3日 総合防災訓練	11日 よさこい東海道(～12日)	2日 市立病院入院センター開設	10日 三遊亭朝橋さん認証式	1日 沼津市ごみ分別アプリ「さんあ」配信開始	3日 大瀬崎、千本浜、さららサンビーチが水質が特に良好な水浴場に指定	1日 市長がごみの回収業務を体験「鉄道高架事業の必要性について」を公表	23日 民間事業所と災害救助に必要な物資の調達に関する協定締結	1日 ぬまづパンまるしえ	18日 新東名高速道路駿河湾沼津スマートインターチェンジ開通	5日 ぬまづフリーマーケットフェスティバル&消費生活展	8日 成人式(4日戸田)・新成人議会
3日 総合防災訓練	5日 戸田さんさんまつり	2日 市立病院入院センター開設	7日 沼津自慢フェスタ2017(～9日)	5日 海上タクシー試験運航開始	21日 カラマズー市市民訪問団来沼	1日 市長がごみの回収業務を体験「鉄道高架事業の必要性について」を公表	23日 民間事業所と災害救助に必要な物資の調達に関する協定締結	4日 大瀬まつり・内浦漁港祭	18日 新東名高速道路駿河湾沼津スマートインターチェンジ開通	5日 ぬまづフリーマーケットフェスティバル&消費生活展	8日 成人式(4日戸田)・新成人議会

2017年の主な出来事

沼津が誇る熟練の技 平成29年度 沼津市技能功労者紹介

市では、ひとつの職業に30年以上従事し、功績顕著な職人の皆さんを、技能功労者として表彰しています。今年度は製菓技術師や調理師など27人が受賞されましたので紹介します。また、受賞者の中から二人に喜びの声を頂きました。

建築大工 大塚 一利 (大塚)	美容師 中里 みゆき(吉田町)
左官 初又 貞光 (内浦三津)	山本 由美子(大岡)
鳶職 山本 剛弘 (下香貫藤井原)	新井 正吉 (日の出町)
建具職 田中 新治 (東熊堂)	神尾 昌美 (今沢)
塗装看板工 清水 秀之 (大岡)	製菓技術師 村上 公彦 (大手町)
配管工 野口 貴之 (我入道江川)	調理師 高橋 好治 (市場町)
整備士 佐野 仁 (添地町)	藤田 和美 (下香貫島郷)
駿東 昌昭 (東椎路)	製缶溶接工 宮下 孝一 (西椎路)
クリーニング職 塩谷 正和 (本字浅間町)	水産物加工職 飯塚 清次 (志下)
理容師 青木 よし江(大岡)	近藤 吉晴 (下香貫外原)
中澤 光子 (本丸子町)	菅沼 悟 (蓼原町)
大嶽 光雄 (大諏訪)	岩崎 爲明 (本郷町)
間藤 正夫 (大岡)	
山田 三良 (寿町)	
松原 久 (三芳町)	

※敬称は省略しています。
受賞された皆さん、おめでとうございます。



村上 公彦さん (大手町)

受け継いだ味を伝承する。その気持ちで46年。

創業明治元年。およそ150年続く老舗和菓子店の5代目村上公彦さん。「祖父、父と代々受け継がれた味を、伝承していかなければ」との想いで製菓技術師として46年活躍されています。さんさん通りに面しているお店には、お年を召した常連さんだけでなく、仕事帰りのビジネスマンなども足を運びます。

現在は奥さんと二人三脚でお店を開いています。「お得意さんも遊びにきてくれるから、体の動くうちはがんばらなきゃね」と笑顔で語ってくれました。



藤田 和美さん (下香貫島郷)

都内のお寿司屋さんで食べたリーズナブルな和食に感動し、17歳で修行を始めた藤田和美さんは、和食一筋58年。和美さんと息子さんが厨房に入り、奥さんが接客等を担当するお店は、小さな子どもから年配の人まで多くのお客さんで賑わいます。和美さんは「ここまで続けられるのは、かわいがってくれるお客さんはもちろん、一緒にやってくれる家族のおかげ。これからも感謝を忘れずに真摯に美味しい料理を提供したいです」と話してくれました。

郷土の偉人江原素六や、静岡徳川藩の藩校沼津兵学校を中心に、郷土の近代化の歩みを紹介する博物館である明治史料館で企画展示を行います。

明治史料館 企画展のお知らせ

企画展 「生誕100年 戦火に散った考古学者 江藤千萬樹」
と き 12月9日(土)～平成30年2月25日(日)、9時～16時30分
ところ 3階展示室
内 容 考古学者として将来を嘱望されながらも、29歳の若さで沖縄の地で戦死した江藤千萬樹について紹介

◆ギャラリートーク(展示解説)
と き 12月16日(土)、平成30年1月20日(土)、2月17日(土)、いずれも11時から
ところ 3階展示室

※当日、直接会場へどうぞ。観覧料(大人200円、小・中学生100円)が必要です。

歴史講演会 「江藤千萬樹の人と学問」
と き 平成30年2月4日(日)、14時から
ところ 2階講座室
講 師 設楽博己さん(東京大学大学院教授)
定 員 60人(先着順)
申込方法 12月9日(土)、9時から直接または電話で

体験講座 「土器の拓本をとってみよう！」
と き ①12月23日(祝)、10時から
②平成30年1月20日(土)、13時30分から
ところ 2階講座室
内 容 本物の土器の拓本をとる体験
定 員 各20人(先着順、1人1回限り)
対 象 小学生以上
申込方法 12月9日(土)、9時から直接または電話で

※汚れてもよい服装でお越し下さい。



作る・観る・学ぶを通して想像力を刺激し、レゴ®ブロックの楽しみを大きく広げてくれるたくさんのアクティビティ。イギリスで大人気のレゴ®ファンイベントが沼津初上陸!



レゴ®ブロックで遊ぼう! ブリックライブ

と き 平成30年1月5日(金)～8日(祝)、9時30分～16時30分(8日は16時まで)
ところ プラサヴェルデ内キラメッセぬまづ
内 容 レゴ®ブロックのプール、巨大オブジェの展示、ワークショップ、自由に遊べる体験コーナー、来場者がレゴ®作品を作って完成させる参加型アクティビティなど、子どもから大人までが楽しめるイベント

入場料 大人(13歳以上)＝前売り券1,200円・当日券1,500円
子ども(3歳～12歳)＝前売り券800円・当日券1,000円
※2歳以下は無料です。
※障がい者手帳を持っている人は子ども料金で入場でき、付添者1人まで入場無料です。
※前売り券は平成30年1月4日(休)まで各種プレイガイド、コンビニエンスストアで販売中です。
※会場内の一部のアトラクションは別途有料です。

◎ブリックライブ事務局(平日10時～17時)
☎0120-2-05269



お知らせ

高齢者の運転免許証 自主返納を支援します

市では、高齢運転者による交通事故の減少を図るため、運転免許証を自主的に返納した65歳以上の人を支援する制度を設けています。運転に少しでも不安を感じている人は、自主返納を考えてみませんか。

対象 市内に住む65歳以上の人で、有効期間内の運転免許証を自主返納した人
支援内容 本人及び家族が市内協力業者で利用できるバス・タクシー
利用券5,000円分(100円券×50枚)

※運転免許証の更新をせず失効した場合は、自主返納になりません。
※申請期間は、運転免許証返納後6カ月以内で、交付は1回限りです。



手続き1 運転免許証の自主返納

申請場所 東部運転免許センター(足高)または沼津警察署
持ち物 ①認め印②運転免許証
交付書類 「申請による運転免許の取消通知書」、無効確認を受けた免許証
※身分証明書として使える「運転経歴証明書」の交付を受けることもできます(手数料1,000円)。

手続き2 バス・タクシー利用券の交付

交付場所 市役所2階地域自治課または戸田市民窓口事務所
持ち物 ①認め印②「申請による運転免許の取消通知書」③無効確認を受けた免許証または「運転経歴証明書」等、本人確認のできる書類の写し
※詳細は、お問い合わせ下さい。



12月15日(金)～31日(日)の期間、年末の交通安全県民運動を実施します

- ・高齢者と子どもの交通事故防止
- ・夕暮れ時から夜間の交通事故防止
- ・飲酒運転の根絶
- ・歩行者をはじめとする交通弱者の保護活動の推進



歩行者は「自発光式反射材」の着用、運転者は「午後4時のライトオン」を実施し、交通事故防止に努めましょう。

☎地域自治課
055-934-4742

募集

あなたの写真がカレンダーを彩る 市民カレンダー掲載写真募集

ぬまづの宝100選を中心に「自慢したくなる沼津」を表現した写真を募集しています。入選作品は平成30年度版市民カレンダーに使用します。

テーマ ぬまづの宝100選を中心とした「自慢したくなる沼津」
応募期限 平成30年1月17日(水)(必着)
応募規定 横位置のカラープリントで四つ切サイズまたはA4サイズ
応募方法 下記のいずれかの方法で応募して下さい。
①市ホームページにある応募用紙に必要事項を明記し、写真の裏面に貼り付けて、市役所2階広報広聴課へ直接または郵送
②応募用紙の内容を明記し、写真データ(JPEG形式、10MB以内)を添付して電子メールで(1通につき1枚の応募です)

※応募作品の中から13点を選定し、平成30年度版市民カレンダーで使用します。また、作品については、写真展やSNS等で使用することがあります。

※自作の未発表作品で、撮影地は沼津市内に限ります。被写体の肖像権等には十分注意し、応募者の責任で全ての問題を解

決したうえで応募して下さい。
※応募作品は返却しません。
※入選者(13人)には賞品を、応募者には記念品を贈呈します。
※詳細は、市ホームページまたは応募用紙をご覧ください。

☎広報広聴課 〒410-8601 沼津市役所
電子メールアドレス kouhou-photo@ci.ty.namazu.lg.jp

四季を彩る沼津の自然、お気に入りの場所、にぎわいを見せるイベントや伝統行事など、珠玉の作品をお待ちしています!



☎広報広聴課
055-934-4703

募集

民間支援まちづくりファンド事業(平成30年度実施分) まちづくり活動の提案を募集します

民間支援まちづくりファンド事業は、地域に人のつながりを生み出す取り組み、その拠点となる交流の場づくりなど、民間が主体となったまちづくり活動をソフト・ハード両面から幅広く支援する制度です。

募集期間 12月11日(月)～平成30年1月19日(金)

応募方法 市役所5階まちづくり政策課または市ホームページにある応募書類に必要事項を明記して直接 [広報ぬまづ](#) [検索](#)

※外部の有識者で構成する「沼津市民間支援まちづくりファンド事業アドバイザー会議」の意見を参考に市が補助金の交付事業を選定します。

募集内容

ソフト部門 地域活性化や住民の生活向上に役立つまちづくり活動

対象 市内でまちづくり活動に取り組む個人または団体

- | | |
|--|---|
| ①スタート支援型事業
これからまちづくり活動を始める個人または団体が提案する事業
補助率 対象となる経費の9/10
交付上限額 10万円 | ②ステップアップ型事業
既にまちづくり活動に取り組んでいる個人または団体が提案する事業
補助率 対象となる経費の2/3
交付上限額 30万円(特に公益性が高い事業は50万円) |
|--|---|

「ソフト部門」の事例を一部ご紹介



県東部で活躍する演奏家・パフォーマーが集まり、中央公園で開催された音楽を通じたまちづくりイベント



高校生が地元企業を知り、マーケティングを学んで実践する講座

高校生実践型企画力アップ講座

ハード部門 市内のにぎわいやまちづくりに資する施設整備等

対象 市内で下記の事業を行おうとする個人または団体

補助率 ①～④いずれも対象となる経費の1/2
交付上限額 100万円(特に公益性が高い事業は250万円)

- | | |
|--|--|
| ①地域住民等交流施設整備事業
多様な世代が自発的な活動を行う交流施設やビジネス分野における交流施設等の整備を行うもの | ②観光拠点整備事業
観光客の増加を図るための情報提供施設や観光資源の情報を発信する拠点等の整備を行うもの |
| ③水辺の景観形成事業
狩野川や海岸線沿いなど水辺空間の修景やにぎわいを創出するため、施設改修等を行うもの | ④古いまちなみ保全事業
市内に点在する伝統的な古民家や蔵などを活用して新たな事業を実施するため、施設改修等を行うもの |

「ハード部門」の事例を一部ご紹介



古い木造家屋を改修・保全し、まちの活性化、魅力づくりにつなげる、教室兼ショップとして有効活用



ぐるめ街道の土産物屋の一角で、沼津～伊豆のイベント情報や観光名所の紹介、地元の名産品等の販売

観光情報発信拠点「NUMAZU」

Facebookページ [起業×まちづくり×沼津](#) で取り組み内容を発信中!

☎まちづくり政策課
055-934-4886

催し

おはなしフェスティバル

市立図書館(管理・事業係)

0555・9352・1234

親子で楽しめるエゴ工作や読み聞かせのほか、昔ばなしやおなじみの場面写真が撮れます。

とき 12月9日(土)

時間 ①工作の部 13時〜13時30分

②おはなしの部 13時45分〜15時

ところ 市立図書館視聴覚ホール他

定員 ②のみ200人(当日先着順)

第5回沼津ジャズフェスティバル

市民文化センター

0555・9332・6111

文化振興課(文化事業係)

とき 平成30年3月11日(日)開演12時

ところ 市民文化センター大ホール

出演 沼津燦々ジャズオーケストラ他

入場料 1500円(全席自由、未就学児入場不可)

チケット 12月9日(出)から市民文化センターチケットコーナー及び各プレイガイドで発売



チエンバロコンサート

モンミユゼ沼津

0555・9352・8711

文化振興課(文化事業係)

とき 平成30年1月14日(日)開演14時

ところ モンミユゼ沼津

出演 岡田龍之介

定員 50人程度

観覧料 1200円(入場料含む)

チケット モンミユゼ沼津で販売中

第30回沼津市「障害者週間」市民の集い

障害福祉課(支援係)

0555・9344・4830

文化振興課(文化事業係)

0555・9344・2631

「みんなの目配り、気配り、思いやり」をテーマに開催します。

とき 12月10日(日)、10時〜15時30分

ところ 市民文化センター小ホール

※午前の部(10時から) 体験発表、マカローニによる手話パフォーマンス

※午後の部(13時から) 映画「ハートをつなごう」若者の「こころの病」の上映

体験発表、郡司ななえさん小説家による講演(私が抱いた盲導犬との世界)

※当日、直接会場へどうぞ。

第48回沼津農林まつり

沼津農林まつり実行委員会

0555・9333・7009

農林農地課(農林振興係)

0555・9344・4751

とき 12月17日(日)、9時30分〜14時

※当日、直接会場へどうぞ。

ところ プラサヴェルデ内キラメッセまつり

内容 農産物の即売・競り売り、物産販売、各種ステージ他

※買い物袋を持参して下さい。

サンタ×サンタ×サンタ×サンタ

が「おまち」にやってきました

申開子育て応援サークルいちご藤井さん

0900・1620・6937

0555・9344・4886

クリスマス飾り付けをした商店街で

プレゼントGETウォークラリーやステージ、ハンドメイド市を開催します。

とき 12月17日(日)10時〜15時(ウォークラリーの受け付けは13時30分まで)

ところ 仲見世商店街・新仲見世商店街

※プレゼントGETウォークラリーの参加者募集

プレゼントを集めます。

対象 小学生以下

定員 800人程度

参加料 予約300円、当日500円

※申込方法等の詳細は専用アプリをダウンロード

千本プラザ・ぷらっと千プラ

申開千本プラザ

0555・9333・3913

0555・9344・4834

※お正月を飾ろうと生け花に挑戦

とき 12月26日(火)①10時〜12時②14時〜16時

ところ ミニギャラリー

講師 中井久子さん(池坊)

定員 各10人(先着順)

第64回沼津市駅伝競走大会参加者

沼津マラソン協会(市民体育館内)

0555・9322・7201

スポーツ振興課(市民体育館)

0555・9322・7200

とき 平成30年1月21日(日)8時15分から雨天決行(受け付けは7時30分〜8時)

ところ 愛鷹広域公園周回コース

部門 一般男子・女子、高校男子、中学男子・女子

対象 ・市内に住むか通勤する、または市内のクラブに所属する18歳以上の人

・市内の中学・高校に通学する人

チーム編成 選手5人(補欠2人以内)

申込方法 12月17日(日)、17時までにスポーツ振興課(市民体育館)または市ホームページにある所定の用紙で直接

沼津燦々スリオンズスリ

バスケットボール交流大会参加者

沼津バスケットボール協会(山本さん)

0900・4268・8111

0555・9322・7200

申開スポーツ振興課(市民体育館)

0555・9322・7200

仲間とチームを組んで大会に参加しませんか

とき 平成30年12月12日(日)9時から

ところ 市民体育館

参加料 3千円(花器、材料費)

持ち物 花ばさみ、手拭きタオル

申込方法 12月8日(金)、11時から電話で

ボールエクササイズで今年の疲れもスッキリ

とき 12月26日(火)18時30分〜19時30分

ところ 多目的ホール

講師 入月紀子さん(JWI認定インストラクター)

対象 18歳以上の人

定員 40人(先着順)

参加料 100円(保険料他)

持ち物 飲み物、タオル

申込方法 12月12日(火)、12時から電話で

※運動のできる服装でご参加下さい。

ミラクル婚活交流会

沼津NPO法人IBA未来塾 松田さん

0900・1291・4698

0555・9377・1309

政策企画課(移住定住相談室)

0555・9344・4813

※パワースポットを巡り交流を深めましょう

とき 平成30年1月14日(日)、8時30分〜16時30分

集合 JR沼津駅北口

コース 伊豆山神社〜来宮神社〜蛭ヶ小島〜三嶋大社

対象 27〜47歳の独身男女

定員 男女各15人(先着順)

参加料 男性15千円、女性14千円(飲食代含む)

申込方法 12月8日(日)、9時から電話またはファクスで

※手打ちそば体験で交流を深めましょう

とき 3月18日(日)、10時〜13時

ところ 第五地区センター

講座・教室

ぬまづ環境市民大学〜人間活動による生態系への影響〜

沼津環境政策課(環境企画係)

0555・9344・4741

0555・9344・3045

海洋ごみや地球温暖化等の環境問題が生態系に与える影響について学びます。

1412月24日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

1411月20日(日) 14時〜15時30分

お正月リース作り教室

①愛鷹運動公園テニスコート
②緑地公園課(管理・緑化推進係)
0555-934-4795
12月17日(日)13時30分～15時30分
愛鷹テニスコート管理棟会議室
講師 行田妙子さん(フラワーデザイナー)
対象 小学校4年生以上の人
定員 6人(先着順)
参加料 千円(材料費)
申込方法 12月8日(金)
9時から直接
または電話で



富士・沼津・三島3市歴史講座
「明治維新150周年記念 幕末・明治の富士・沼津・三島」

①三島市郷土資料館
0555-971-8222
0555-929-3335
12月28日(日)9時～12時

②三島市民生涯学習センター
5階研修室(三島市大宮町)
③サンワエルぬまじ多目的ホール

Table with 2 columns: 内容 (Content) and 講師 (Instructor). Content includes '伊豆地域の近代化' and '幕末維新の戦乱'.

定員 ①55人②300人(いずれも先着順)
申込方法 12月20日(水)9時から電話で

保育士資格試験

①一般社団法人全国保育士養成協議会
0120-419-482
②子育て支援課(こども教育・保育係)
0555-934-4826
筆記試験 平成30年4月21日(土)・22日(日)
実技試験 7月1日(日)
申込開始 平成30年1月
※申込開始時期等の詳細は、お問い合わせ頂るか、ホームページをご覧ください。

ホームページアドレス
http://www.hoyokyo.or.jp/

献血にご協力を

①静岡県赤十字血液センター沼津事業所
0555-924-6611
12月20日(水)9時30分～12時13時15分～16時
市役所玄関前

健康に動ける体力を目指す
体力健康診断!

①沼津ランニング&スキルステーション
0555-934-4748
スポーツクラブ・整骨院のスタッフが腰や肩の痛み、筋力の低下等の身体の悩みを独自の測定方法で解決へと導きます。
12月17日(日)9時～12時
中央公園(沼津ランニング&スキルステーション前)
講師 スポーツクラブ「ボディデザ

お知らせ

市税・国民健康保険料の夜間・休日窓口

①納税管理課(納税推進係)
0555-934-4732
②国民健康保険課(収納係)
0555-934-4727
夜間窓口 12月14日(水)17時15分～20時
休日窓口 12月17日(日)9時～15時
市役所2階納税管理課
市役所1階国民健康保険課

ジェネリック医薬品に関するお知らせを発送します

①国民健康保険課(給付係)
0555-934-4725
国民健康保険加入者で、ジェネリック医薬品に切り替えることにより、薬代が安くなる可能性のある人を対象に、12月下旬に案内がきを発送します。この機会に医師、薬剤師と相談し、ご検討下さい。
対象 年齢、対象となる薬剤、金額、処方期間等の条件に該当する人

マイナンバーカード休日受取窓口

①市民課(受付係)
0555-934-4721
開庁時にマイナンバーカードを受け取ることができない人のために受取窓口(予約制、1人あたり20分程度を開設します。
12月13日(日)・12月14日(月)
12月10日(日)・12月11日(月)9時～13時
市役所1階市民課

JR三島駅北口ロータリー西側に新たな道路が開通

①三島市土木課
0555-934-2667
②道路建設課(道路企画係)
0555-934-4776
新たな道路の開通により、交通渋滞の緩和が期待されます。ぜひご利用下さい。
※開通した道路は南へ向かう一方通行で、大型車は通行ができません。



ふじのくに食べきりやっとなー! キャンペーン

①県廃棄物リサイクル課
0554-221-9349
②ごみ対策推進課(ごみ減量推進係)
0555-934-4743
このキャンペーンは、県が食品ロス(まだ食べられるのに捨てられている食品)を減らすため、県内の飲食店(「食べきり協力店」としてこのキャンペー

対象 マイナンバーカードの申請をした人で交付通知書(はがきが届いた人)
定員 各50人程度
申込方法 電話で
※詳細は、お問い合わせ頂るか、市ホームページをご覧ください。

市民体育館の休館

①スポーツ振興課(市民体育館)
0555-922-7200
全館清掃を行うため、休館します。
12月18日(月)・平成30年3月26日(月)
(予約受付等の業務は、8時30分～17時15分まで行います)

第10回特別弔慰金の請求期限が近づいています

①社会福祉課(福祉企画室)
0555-934-4824
戦没者等の死亡当時の遺族で、平成27年4月1日において、公務扶助料や遺族年金等を受ける人がいない場合に、特別弔慰金として、額面25万円(5年償還の記名国債が支給されます。対象遺族は次の順番において最も順位が先の遺族一人です。
1 弔慰金の受給権者(妻等)
2 戦没者等の子
3 戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹
※戦没者の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかにより、順番が入れ替わります。
4 ①～④以外の遺族で、戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上生計関係を有していた三親等内の親族(甥、姪等)

請求期限 平成30年4月2日(月)

食べきり割引

「食べきり協力店で注文した料理を食べきると(元食する)と店舗から特典が受けられます。
実施期限 平成30年1月31日(水)
※フォトコンテスト(冬期)
「食べきり協力店で注文した料理を食べきった際、空になった皿と一緒に写真を撮り投稿すると抽選で豪華賞品をプレゼントします。
実施期限 1月31日(水)
※食べきり協力店などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

消防

駿東伊豆消防組合

救命講習会

①救急ワークステーション
0555-921-9999
②普通救命講習 12月17日(日)9時～12時
③上級救命講習 平成30年1月21日(日)9時～17時
救急ワークステーション(市立病院敷地内)
内容 AEDを使用した心肺蘇生法、止血法等
(①は成人②は乳幼児を含む)
対象 市内に住むか通勤・通学している中学生以上の人
定員 各30人程度
申込方法 ①12月14日(日)②1月18日(水)までに電話で

犬の登録と注射、死亡・変更の届け出を忘れずに

①クリーンセンター管理課
0555-939-0711
生後3カ月以上の犬は、生涯に一度の登録と毎年1回(4～6月の間の狂犬病予防注射の接種が義務付けられています。登録は、クリーンセンター管理課(下費費二ノ池)、市役所7階環境政策課、各市民窓口事務所、市の委託動物病院で受け付けています。注射と登録を併せて行う場合は、市の委託動物病院に依頼して下さい。
※飼い犬が死亡・行方不明などで、現在飼っていない場合や、飼い主が変わったなど、登録内容に変更が生じた場合は、必ずクリーンセンター管理課までご連絡下さい。
※迷子になった犬の早期発見につながりますので鑑札、注射済票は首輪等に付けるようにしましょう。



野外での焼却行為(野焼き)はやめましょう

①環境政策課(環境保全係)
0555-934-4740
ごみ等の野外での焼却行為は、悪臭や発生するほか、有害なダイオキシン類も発生する恐れがあるため、農業者による害虫駆除、霜害防止などやむを得ない場合を除いて法令で原則禁止されています。ごみ等は、市のルールに従って処理をお願いします。
※詳細は、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。
寄せ植えデモンストレーション
①シエ・ワタナベ学園通り店
0555-922-0081
テラスカフェで大川和也さん(大花園)による寄せ植えデモンストレーションを開催します。
12月10日(日)11時から
シエ・ワタナベ学園通り店(日の出町)
定員 15人(当日先着順)

さわやかで楽しいスポーツダンスの見学・体験会

①沼津ハッピートリウムSOGO中田さん
090-04234-0560
軽快な音楽に合わせて踊る頭と身体エクササイズです。
12月21日(木)
12月19日(日)19時30分～20時30分
②③14時30分～15時30分
片浜地区センター
持ち物 室内用の靴(運動靴等)
申込方法 電話で
千本づらザミニギャラリーの展示
「栗田様子展」
12月7日(日)～13日(水)
「造形遊び場カラーポケット作品展」
12月21日(木)～24日(日)(期間中にワークショップを開催します)

12月1日(金)～20日(水) 救急協力医

協力医は変更される場合があります
事前にご確認を!!
 救急協力医テレホンサービス
☎ 055-958-0119

12月	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	
1(金)	大沢医院 931-1019 御幸町	りゅうじん医院 988-3133 長泉町下土狩	関外科 921-2185 花園町			
2(土)	池田病院 986-1212 長泉町本宿	坂小児科 931-3233 下香貫前原	池田病院 986-1212 長泉町本宿			
3(日)	御成橋栄クリニック 952-2525 八幡町 杉山(和)医院 972-3223 清水町伏見 清水館医院 993-2323 裾野市茶畑	すずきファミリー 960-0333 一本松	守重医院 931-2511 我入道江川 御成橋栄クリニック 952-2525 八幡町			
4(月)	小林内科医院 921-2165 米山町	田中医院 921-2053 高島町	田沢医院 962-1205 大手町			
5(火)	青沼クリニック 929-6205 大岡	よざ小児科 967-5722 原	こんどうクリニック 925-2420 岡宮			
6(水)	富士クリニック 932-3553 下香貫藤井原	杉谷小児科 923-6543 筒井町	沼津大山クリニック 954-2274 大手町			
7(木)	あめみや内科 935-1159 吉田町	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	池田病院 986-1212 長泉町本宿			
8(金)	岩淵内科医院 951-4579 添地町	さくま小児科 992-6303 裾野市茶畑	駿東整形 922-8855 高沢町			
9(土)	沼津リハビリテーション 931-1911 上香貫慶陀ヶ原	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	聖隷沼津 952-1000 松下			
10(日)	かとう内科医院 946-5562 大岡 なおきクリニック 929-8555 東椎路 いずみクリニック 993-4760 裾野市茶畑	坂小児科 931-3233 下香貫前原	山本整形外科 989-8111 長泉町南一色 五十嵐クリニック 934-6700 志下			
11(月)	葉袋クリニック 933-0148 清水町徳倉	りゅうじん医院 988-3133 長泉町下土狩	香貫医院 931-2465 本郷町			
12(火)	小林医院 966-7700 今沢	田中医院 921-2053 高島町	青木整形 922-0521 高島町			
13(水)	旭医院 966-0031 原	大橋内科・小児科 992-2800 裾野市佐野	遠藤クリニック 975-8801 清水町久米田			
14(木)	あそろクリニック 929-7575 筒井町	西村医院 971-6510 長泉町下土狩	池田病院 986-1212 長泉町本宿			
15(金)	高田クリニック 962-1410 仲町	すずきファミリー 960-0333 一本松	沼津整形 921-3791 共栄町			
16(土)	大橋内科・小児科 992-2800 裾野市佐野	さくま小児科 992-6303 裾野市茶畑	池田病院 986-1212 長泉町本宿			
17(日)	べっく・クリニック 921-1300 西沢田 今井医院 921-3211 五月町 遠藤医院 997-0533 裾野市葛山	杉谷小児科 923-6543 筒井町	西方外科 921-1333 共栄町 ひがしおかクリニック 941-8269 清水町柿田 遠藤医院 997-0533 裾野市葛山			
18(月)	やぐちクリニック 973-3811 清水町伏見	よざ小児科 967-5722 原	田沢医院 962-1205 大手町			
19(火)	杉山(茂)医院 992-0028 裾野市平松	りゅうじん医院 988-3133 長泉町下土狩	ふじわらクリニック 924-8777 寿町			
20(水)	新井クリニック 992-0811 裾野市久根	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	おおしろクリニック 976-0027 清水町堂庭			
耳鼻科 12月 8時～17時	3(日) こだま耳鼻咽喉科 926-1333 庄栄町	10(日) 善得クリニック 0545-51-8733 富士市今泉	17(日) わかばやし耳鼻咽喉科 933-3311 御幸町			
眼科 12月 8時～17時	3(日) 山秋眼科 924-4680 筒井町	10(日) 聖隷沼津 952-1000 松下	17(日) あいあい眼科 967-7715 原			
産婦人科 12月 8時～17時	3(日) 島田産婦人科 972-6100 清水町伏見	10(日) 市立病院 924-5100 東椎路	17(日) 聖隷沼津 952-1000 松下			
歯科 12月 8時～17時	3(日) ミノハ歯科医院 951-0299 大手町	10(日) 宮内歯科医院 925-8217 中沢田	17(日) 三宅歯科医院 931-3967 玉江町			

救急協力医案内ホームページ <http://www.city.numazu.shizuoka.jp/kyouryokui/>

近隣市町の協力医についてはこちらへ 静岡県広域災害救急医療情報システム ☎0800-222-1199

沼津夜間救急医療センター ☎926-8699 ※お間違いないよう
 日の出町1-15 ご注意下さい。

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 ☎ 055-926-0119

冬の感染症に気を付けましょう!

低温・低湿度を好むウイルスにとって、冬場は絶好の環境です。冬場に多い感染症はインフルエンザ、ノロウイルスによる感染性胃腸炎です。日頃からできる予防を徹底していきましょう。

❖インフルエンザ

38度以上の発熱やせき、のどの痛み、全身の倦怠感や関節・筋肉の痛みなどの全身症状が特徴です。

◆感染を防ぐために

- ①外出後は手洗い・うがい
- ②適度な湿度を保つ
- ③十分な休養とバランスのよい食事を心がける
- ④予防接種をうける



❖ノロウイルス

感染性胃腸炎の原因となるウイルス。主に人の手指や食品などを介して感染し、おう吐、下痢、腹痛などの症状を引き起こします。

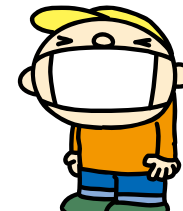
◆感染を防ぐために

- ①手洗いをしっかり行う
- ②食品はしっかり加熱
- ③キッチンや調理器具の消毒
- ④感染した人の便やおう吐物などの後始末時の取り扱いに注意する



みんなで守ろう「咳エチケット」

感染症の感染経路は、多くが咳やくしゃみなどのしぶきに含まれるウイルスや細菌を吸い込むことにより感染する「飛沫感染」です。マスクを着用する、マスクがない場合はティッシュなどで鼻と口をおおうなど周りの人にうつさないためのマナーを心がけましょう。



子育てママの食応援プロジェクト「ママデイサービス」

毎日子育てに追われ、なかなか自分の時間を過ごせないママたちに贈る、癒しのひととき。育児や栄養に関することを、保健師・栄養士に気軽に相談できる時間も用意しています。

とき 平成30年1月19日(金)、10時～15時(受け付けは9時30分から)

ところ 万葉の湯 沼津(岡宮)

内容 10時～ 育児・栄養相談
 11時～ 授乳・離乳食(親子タイム)
 11時30分～12時30分 ママの骨盤ストレッチ
 12時30分～15時 食事・入浴(ママの休憩時間)

※11時30分から15時まで、赤ちゃんを預かります。

対象 市内に住む生後4カ月～1歳未満の赤ちゃんとお母さん

※赤ちゃん・お母さんともに発熱など、感染症の疑いがある場合は利用できません。

定員 親子10組(申込多数の場合は抽選)

参加料 500円(食事代、入浴料別)

持ち物 赤ちゃんのミルク・離乳食・オムツ・バスタオル

講師 保健師、栄養士、ヨガインストラクター

申込方法 1月12日(金)までに氏名・生年月日、赤ちゃんの名前・生年月日、住所、電話番号をファクスまたは電子メールで

※会場を離れて外出はできません。

※対象以外の子どもは託児を利用できません。

食育スタジオ Dreamy 山下さん

☎FAX 055-963-6831

電子メールアドレス syokuinochi-y@ny.thn.ne.jp

第4回市民公開講座～Let's 妊活～「不妊と上手に付き合う方法」

不妊や不妊治療に関する不安や緊張を和らげ、リラックスできるコツを学びます。

とき 平成30年1月28日(日)、13時30分～16時30分(受け付けは13時から)

ところ プラサヴェルデ401会議室

講師 平山史朗さん(東京HARTクリニックカウンセラー)

定員 70人程度

申込方法 電話または電子メールで

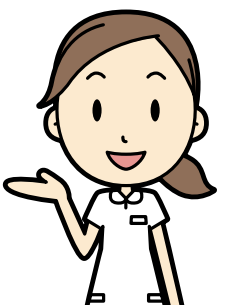
いながきレディースクリニック

☎ 055-926-1709

電子メールアドレス info@art-ilc.jp

information
お知らせ

保健センターからのお知らせ




健康づくり課(保健センター)
☎055-951-3480

広報紙、だけじゃない。

市では市民の皆さんの多様化するライフスタイルに合わせて、様々な媒体で情報発信をしています。市ホームページでは生活に必要な様々な情報を詳しく紹介しています。また、即時性や拡散性に優れたSNS(会員制情報共有サービス)を利用して、イベント情報などタイムリーな情報を発信するほか、市民の皆さんとコミュニケーションをとるツールとしても活用しています。コミュニティFMでは市の情報を声で届けようとして沼津の元気な人や場所、文化などを紹介する番組も放送しています。ぜひご活用下さい。

市ホームページ
<http://www.city.numazu.shizuoka.jp/>



市ホームページでは、施設案内や手続きの仕方、子育て情報など生活に役立つものをはじめ、皆さんに知ってほしい新しい取り組みなどの情報を詳しく紹介しています。

パソコンやスマートフォン、タブレットなどを利用し、Googleやヤフーなどから検索してご覧下さい。

市ホームページを見るには「沼津市役所」で検索

トップページが変わりました!




大きなスライドで市の伝えたい情報をダイレクトにお届け!

探したい情報をキーワードで簡単検索!

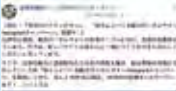
ごみの出し方や施設案内など、アクセス数の多い項目やライブイベントに合わせた項目をアイコンでわかりやすく配置!




SNS
 (ソーシャル・ネットワーキング・サービス)



フェイスブックやインスタグラムなどのSNSでは、各ツールの特性に合わせた情報発信を日々行っています。また、市公式SNSに参加している市内外の皆さんとの交流も生まれています。



アカウントを持っている人はぜひ市公式SNSをフォローして下さい。



主要なSNSを紹介

市公式フェイスブック
 Numazu Topics!
 季節の話題やイベント情報を発信!




市公式ツイッター
 @numazu_city_PR
 市政情報を素早くキャッチ!





市公式インスタグラム
 numazu_city
 写真で沼津の魅力を世界に発信!





COAST-FM
 (コストエフエム)



本市を中心としたエリアで視聴可能なコミュニティFM。地域性を活かし、身近なイベント情報を聞くことができることに加え、特別番組などもラインアップしています。その特性から災害が発生した際など緊急時には市からのお知らせを伝える重要なメディアとなっています。

市長対談「見つけた!沼津の元気印」

市長が様々な分野において沼津で元気に活躍している人を紹介する番組です。第1~第4木曜日、午後6時15分~45分放送

ぬまづの宝めぐり

「ぬまづの宝100選」を紹介する番組です。第2・第4土曜日、午後3時45分~51分放送

COAST-FMはPC・スマートフォンからも聴くことができます。

