

events  
催し

千本プラザのイベントに  
参加しませんか

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

❖フリーアートコーナー  
～自由な発想でお絵描きをしよう～  
つるつるな面ならどこでも描くことができ、濡れた布できれいに消せるマーカーで千本プラザの窓にお絵描きをしましょう♪  
とき 9月1日(土)～28日(金)、9時～20時30分(3日(月)を除く)  
ところ レストコーナー  
※直接会場へどうぞ。



❖ヨガで温活!  
身体を温めることで、冷えからくる頭痛・腰痛等の症状を緩和することができます。  
とき 9月16日(日)、10時～11時  
ところ 多目的ホール  
講師 田中麻美子さん(ヨガインストラクター)  
対象 18歳以上の人  
定員 30人(先着順)  
申込方法 8月23日(休)、11時から電話で



❖ダンディーヨガ  
運動不足が気になる男性の皆さん、初心者にも優しいヨガを通して健康な身体づくりをしませんか。  
とき 9月11日(火)・25日(火)、10月9日(火)・23日(火)・30日(火)、14時～15時(全5回)  
ところ 多目的ホール  
講師 田中麻美子さん(ヨガインストラクター)、草場聡子さん(ヨガインストラクター)  
対象 75歳以下の健康な男性で全回参加できる人  
定員 30人(先着順)  
参加料 140円(保険料)  
持ち物 飲み物、タオル  
申込方法 8月22日(火)、11時から電話で

とき 9月11日(火)・25日(火)、10月9日(火)・23日(火)・30日(火)、14時～15時(全5回)  
ところ 多目的ホール  
講師 田中麻美子さん(ヨガインストラクター)、草場聡子さん(ヨガインストラクター)  
対象 75歳以下の健康な男性で全回参加できる人  
定員 30人(先着順)  
参加料 140円(保険料)  
持ち物 飲み物、タオル  
申込方法 8月22日(火)、11時から電話で



地域子育て支援センター親子講座  
わくわく!うたのおもちゃ箱コンサート  
とき 9月11日(火)、10時30分から  
ところ 千本プラザ音楽ホール  
出演 坂入姉妹(童謡デュオ)  
対象 未就園児とその保護者  
定員 100組(200人)程度(先着順)  
申込方法 8月22日(火)、10時から各支援センターにある申込用紙を直接、電話またはファクスで  
☎認定こども園片浜桜ナーサリールーム(かるかも) ☎055-966-5351 FAX 055-968-0848  
☎子育て支援課 ☎055-934-4842

全国一斉  
「子どもの人権110番」強化週間  
いじめや体罰、虐待など子どもをめぐる様々な人権問題について無料電話相談を行います。  
とき 8月29日(休)～9月4日(火)、8時30分～19時(土・日曜日は10時～17時)  
相談電話 フリーダイヤル ☎0120-007-110  
☎静岡地方法務局人権擁護課 ☎054-254-3555  
☎広報広聴課(市民相談センター) ☎055-934-4700

千本プラザ・赤ちゃんDAY  
とき 9月27日(休)、10時30分～11時30分  
ところ 千本プラザ集会室  
内容 Hug♡Hug 親子体操  
対象 1歳未満の子どもとその保護者  
定員 40組(先着順)  
持ち物 飲み物、床に敷くバスタオル  
申込方法 8月27日(休)、11時から電話で  
☎千本プラザ ☎055-962-3313  
☎長寿福祉課 ☎055-934-4834

保育士が遊びのお手伝い  
「おひさま広場」においてよ  
とき(②③は雨天中止) ところ  
① 9/3(月)11:00-12:00 イトヨーカドー沼津店2階(高島本町)  
② 9/9(日)10:00-12:00 児童発達支援センターみゆき園庭(東原)  
③ 9/18(火)10:30-12:00 我入道公園(我入道)  
対象 子どもとその保護者  
※当日、直接会場へどうぞ。  
※②③は汚れてもよい服装でお越し下さい。  
※駐車場有(①の駐車料金は自己負担です)。  
☎沼津つ子ふれあいセンター(ぼっぼ) ☎055-952-8077



『子育て安心 明るく未来のまち』  
ひらげん、ひらげんの輪

お問い合わせは  
各電話番号へ

information  
お知らせ

「敬老の日」行事が  
各地で開催されます

長寿福祉課  
☎055-934-4834

市民文化センターをはじめ各地区センター等で「敬老の日」行事を開催しますのでぜひご参加下さい。

対象地区	とき	ところ
門池、大岡、静浦	9月6日(休)、10時から	市民文化センター大ホール
第三下香貫、第三中、第三我入道、金岡	6日(休)、14時から	
第一、第五、開北、今沢	7日(金)、10時から	
第二、千本、第四、片浜	7日(金)、14時から	
内浦	8日(土)、9時から	内浦地区センター
浮島	8日(土)、10時から	ニューウェルサンピア沼津
大平	9日(日)、9時から	大平中学校体育館
戸田	9日(日)、10時から	戸田地区センター
愛鷹	15日(土)、13時から	ニューウェルサンピア沼津
原西部	16日(日)、10時から	原地区センター
原東部	17日(月)、10時から	
西浦	10月28日(日)、10時から	西浦小学校体育館

※対象者(75歳以上)には、敬老祝状を送付します。祝状には、沼津御用邸記念公園の入園無料券、くらら戸田温泉施設の入浴無料券、大型展望水門びゅうおの利用無料券がついていますのでぜひご利用下さい(利用期間は、9月1日(土)から平成31年3月31日(日)まで)。

◆敬老祝状に「敬老の日」にちなんだ絵手紙の最優秀作品を掲載してお届けします

小学生を対象に募集した「敬老の日」にちなんだ絵手紙は204作品の応募があり、最優秀賞は、紀春花さん(香貫小学校6年)の作品に決まりました。

入賞作品は8月27日(日)～9月4日(火)に市役所1階の掲示板に展示します。応募して頂いた作品は9月6日(休)・7日(金)に市民文化センター大ホールロビーに展示します。



最優秀作品



東京・上野の東京藝術大学出身者を中心に結成されたプロの吹奏楽団「ばんだウインドオーケストラ」。次世代を担う精鋭たちのアツイ演奏をお楽しみ下さい。  
とき 11月11日(日)、開演15時30分  
ところ 市民文化センター大ホール  
出演 ばんだウインドオーケストラ、松永貴志(ピアノ)  
入場料 一般2,500円、高校生以下1,000円(全席指定)  
チケット 9月8日(土)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  
※演奏会フィナーレでは、自席にて演奏に参加できます。ぜひ楽器持参でお越し下さい。

～「楽器別クリニック」受講者募集～  
ばんだウインドオーケストラメンバーから指導を受け、演奏会フィナーレのステージで一緒に演奏しよう!  
とき 11月11日(日)、10時～12時  
ところ 市民文化センター  
演奏曲 アフリカン・シンフォニー  
対象 演奏会入場者で中学生以上の人  
料金 一般3,000円、高校生以下1,500円(演奏会入場料を含みます)  
定員 350人(先着順)  
申込方法 9月8日(土)～28日(金)に市民文化センターにある所定の用紙を直接  
☎市民文化センター ☎055-932-6111

events  
催し

第10回ブルースの祭典in沼津  
沼津に響け!プロのサウンド!!

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