

はたち
二十歳の集い

令和4年1月9日(日)開催
戸田校区は令和4年1月4日(火)開催



対象 平成13年4月2日～平成14年4月1日に生まれた皆さん
案内状 12月上旬に郵送予定
※二十歳の集いに出席を希望する人のうち次に該当する人は事前に、市ホームページの専用フォームまたは所定の申込書をメールまたはファクスで [広報めまづ](#) [検索](#)
①現在市外に転出している人
②市内在住で、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
※二十歳の集いに関する情報は、[市ホームページ](#)にて随時更新しますので、ご確認下さい。

校区	開始時刻	ところ
第一	10時	第一地区センター
第二		千本プラザ
第三		第三地区センター
第四		第四地区センター
第五		サンウェルぬまづ
金岡		金岡中学校体育館
大岡		大岡中学校体育館
愛鷹		愛鷹中学校体育館
片浜		片浜地区センター
今沢		今沢中学校体育館
大平	11時	大平地区センター
静浦		静浦地区センター
長井崎		内浦地区センター
原		原地区センター
浮島		浮島小学校体育館
門池	門池地区センター	
戸田	戸田地区センター	

新成人議会

新成人の代表者が、市政について質問等を行う模擬的な議会を開催します。
とき 令和4年1月9日(日)、14時～15時
ところ 市役所3階市議会本会議場
※傍聴については、お問い合わせ下さい。

新成人の晴れやかな
門出をお祝いします

生涯学習課
☎055-934-4871
FAX055-931-7551



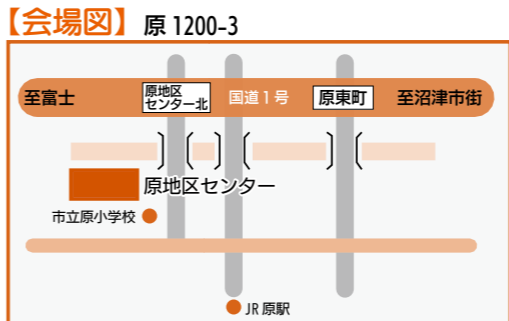
大河ドラマ「鎌倉殿の13人」
グランド・プレミア in 伊豆の国

大河ドラマ
鎌倉殿の13人
THE 13 LORDS OF THE SHOGUN

沼津市では、伊豆の国市で行われる「大河ドラマ『鎌倉殿の13人』グランド・プレミア in 伊豆の国」の模様を、スペシャルゲストと大画面でお楽しみ頂くイベントを開催します。

会場の大画面でグランド・プレミアの模様をお楽しみ頂いた後、第1回放送のパブリックビューイングを行います。

とき 令和4年1月9日(日)、16時30分(開演)
ところ 原地区センター多目的ホール
ゲスト 新納慎也さん(阿野全成役)
申込方法 郵便番号、住所、参加者全員の氏名、電話番号、人数(2人まで)を明記して往復はがきで郵送



※駐車場に限りがありますので、公共交通機関を利用して下さい(原駅から徒歩5分)。

申込期限 12月10日(金)(必着)
※申込多数の場合は、抽選のうえ落選者に通知を、当選者には入場整理券を12月下旬に発送します。
※入場整理券は1月9日(日)、14時～16時に会場で指定席券に引き換えます。
※本イベントは、大河ドラマ「鎌倉殿の13人」伊豆の国市推進協議会と静岡県、NHK静岡放送局が主催する、大河ドラマ「鎌倉殿の13人」グランド・プレミア in 伊豆の国(県内5会場)の1会場として行うものです。
※詳細は、[市ホームページ](#)をご覧ください。 [広報めまづ](#) [検索](#)
◎観光戦略課 ☎410-8601 沼津市役所

沼津市会場
◎観光戦略課
☎055-934-4747

シニア向けの様々な教室をご用意しました。いつまでも健康でいきいき過ごすために、まずは体を動かしてみませんか。皆さんの参加をお待ちしています。

千本プラザ「コンディショニングストレッチ教室」

とき 12月4日(土)・25日(土)、令和4年1月8日(土)・15日(土)・22日(土)、13時30分～15時(25日は14時30分まで)
ところ 多目的ホール
内容 ①筋膜ケアやストレッチでカラダを整える
②食事に関するワンポイントアドバイス(25日は①のみ)
講師 ①眞野知美さん(健康運動指導士)
②大澤はるみさん(管理栄養士)
対象 60歳以上の人
定員 各30人(先着順)
持ち物 飲み物、タオル、ヨガマット(持っている人)
申込方法 11月26日(金)、12時30分から電話で
◎◎千本プラザ ☎055-962-3313

高齢者向け体操教室

家でもできるイスに座って行う体操です。
①いきいき体操教室
とき 令和4年1月14日～2月4日の金曜日(全4回)、14時～15時15分
内容 初心者でもできる簡単なストレッチや運動
②筋力アップ教室
とき 令和4年1月12日～2月16日の水曜日(全6回)、14時～15時15分
内容 ストレッチや筋力トレーニング
※いずれも
ところ サンウェルぬまづ
対象 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
定員 各40人(申込多数の場合は抽選)
申込方法 住所、氏名、年齢、電話番号、教室名を明記してはがきで郵送または市ホームページの電子申請で
申込期限 12月6日(月)(必着) [広報めまづ](#) [検索](#)
◎長寿福祉課 ☎410-8601 沼津市役所

シニア向け教室の
お知らせです

長寿福祉課
☎055-934-4834

東海道400年祭を契機とし、2000年に始まった「しずおか市町対抗駅伝」。今年の代表の皆さんを紹介します。チーム丸となって襷をつなぐ選手たちに熱い声援を!

第22回 しずおか市町対抗駅伝
12月4日(土)(雨天決行)
県庁前10時スタート
SBSテレビで9時30分から SBSラジオで9時45分から生中継

名前	所属	名前	所属
落合王遵	浮島小5年	大橋友聖	日大三島高1年
野田大翔	第三小6年	勝又龍夢	加藤学園高3年
山本大悟	第五小6年	二宮翔太郎	加藤学園高3年
大川心彩	第五小6年	齋藤凜	日大三島高2年
齋能百々花	愛鷹小4年	鈴木優菜	県立大2年
木村隆晴	今沢中3年	渡邊紫音	スポウエルAC
大川功貴	第五中3年	内野裕介	帝京大1年
大橋わかば	金岡中3年	阿保昂太郎	陸上自衛隊滝ケ原駐屯地
木部美織	門池中1年	西村博光	三島信用金庫
小澤心羽	日大三島高2年	草地岳	富士サービス
三須友理香	沼津東高2年		

監督 平田裕也(沼津市役所)
コーチ 川口一喜(川口喜代二商店)
コース 12区間、42.195km 県庁～駿府城公園～長谷通り～麻機街道～流通センター前～北街道～清見寺～南幹線～草薙陸上競技場
※今大会は、新型コロナウイルス感染症対策のため、無観客での開催となります。コース沿道での応援も自粛となるため、現地での応援はお控え下さい。

第22回
しずおか市町対抗駅伝
◎ウィズスポーツ課
☎055-934-4875