



笑顔あふれる

沼津を目指して

令和7年度  
施政方針

Administrative Policy

## 令和7年度重点的に取り組む4つの視点

### 視点1 暮らしやすいまちへ

**都** 市の活力や発展を支える定住人口の確保には、出生数の減少傾向を抑制し、転入超過を維持する必要があります。このため、結婚を望む人への支援や誰もが安心して妊娠、出産、子育てできる環境の整備、都市的魅力や利便性の向上、民間発意によるまちづくり活動の支援など、沿津に住みたい、住み続けたい、そして関わりたいと思えるまちづくりを推進します。



### 視点2 ひとが行き交うまちへ

**に** ぎわいの創出や地域経済の活性化につながる交流人口や関係人口の拡大には、本市ならではの特色を活用した魅力的な施策を進める必要があります。需要が高まっているインパウンドの促進や地域資源を活用したツーリズムの磨き上げ、観光を中心とした台湾との相互交流、移住施策の更なる推進などに取り組み、多くの来訪者を惹きつけるまちづくりを進めます。



### 視点3 産業が元気なまちへ

**産** 業を元気にすることは、雇用の拡大や地域経済の活性化をもたらす、市民の豊かな生活につながる大変重要な施策です。

本市への移転を検討する企業に対する支援を積極的に行くとともに、市内企業への就職促進や魅力ある商店街の創出に向けたリブランディング、起業創業の支援など、産業振興策に積極的に取り組みます。



### 視点4 安全・安心のもとで暮らせるまちへ

**近** 年頻発している大規模な自然災害や複雑多様化する犯罪などは、市民生活に大きな不安を与えています。引き続き、豪雨災害に対する総合的な治水対策を進めるほか、南海トラフ巨大地震等に備えた耐震化の促進や、タイムリーな災害情報発信の仕組みづくり、特殊詐欺対策など、誰もが安全・安心を実感して暮らすことができるよう、適切な対策を講じます。



令和7年2月の市議会定例会で、新年度の市政運営の考えと、重点施策を盛り込んだ施政方針を発表しました。

市民の皆様の負託を受け、市長として市政をお預かりすることになり、6年9カ月が経ちました。その間、様々な出来事を経験しながらも、「誇り高いまち沿津の実現に向けて、市民の皆様と一丸となって人・まち・自然が調和し、躍動するまちづくりを進めてまいりました。

その中でも、本市のまちづくりの中核をなす沿津駅周辺総合整備事業につきましては、昨年11月に新車両基地の工事に着手し、将来のまちの礎が着実に築かれてきております。

中心市街地におきましては、町方町・通横町第一地区第一種市街地再開発事業が本格的に動き出すとともに、大手町五丁目第一地区第一種市街地再開発事業を新たに都市計画決定したほか、沿津駅南口交差点東側の地上横断化工事が本年3月に完成いたします。また、インシンプラザ跡地への商業施設の進出が報道されるなど、本市の顔である沿津駅の南北に変化が表れ、都市機能の強化に向けた取組が進められております。引き続き、沿津駅周辺における公共空間再編や中央公園の再整備などに取り組み、ヒト中心のまちづくりを推進してまいります。

また、「フェンシンプのまち沿津」の推進や

各種スポーツと連携した取組など、スポーツを活かしたまちづくりが着実に進んでおり、まちに活力を与えております。

文化の振興につきましても、本市出身の俳優が主催した「しずおか映画祭」が市民文化センターで盛況のうちに開催され、若い力により、本市から映画文化の発信がなされるなど、市民の皆様の芸術文化に対する気運が高まっております。この流れをより一層加速させるべく、芸術文化を身近に感じ親しむことができるよう支援に取り組むとともに、歴史文化資源の保存・活用を図ることで、活力あるまちづくりを力強く推進してまいります。

加えて、時代の変化に伴う労働力人口の減少や産業構造の変化を見据えながら、積極的に企業を誘致するとともに、事業承継の促進や各種産業の新たな担い手確保など、産業振興を推進してまいります。

さらに、子育てにやさしいまちを目指し、妊娠、出産、子育てまでの切れ目のない支援の更なる充実を図り、安心して子どもを産み育てることができるまちづくりを推進してまいります。

このように、様々な都市基盤の整備が進み、多くの人が笑顔でいきいきと活動している姿がまちにあふれる元気な沿津を目指して、持続可能なまちづくりに全力で取り組んでまいります。(一部抜粋)

※令和7年度の施政方針の全文は、市ホームページをご覧ください。

◎政策企画課

☎055・934・4704

広報めまづ

### 柱3

#### 力強い産業を牽引するまち

##### 水産業振興推進事業

【2,910万円】

▶水産業の持続的発展を図るため、水揚げに応じた奨励金の交付等、各種振興策を実施します。また、マリンレジャー・宿泊・飲食等の海関連事業「海業」を展開するため、内浦・西浦漁港の活用推進計画を策定します。



### 柱4

#### 地域の宝を活かすまち

##### インバウンド推進事業

【1,880万円】

▶インバウンド需要を取り込み、更なる誘客を図るため、外国人向けの情報発信やWi-Fi設備整備などを実施するほか、昨年12月の高雄市との観光交流促進協定の締結など、連携強化を進める台湾をターゲットとした観光誘致を促進します。

### 柱5

#### 安心して子どもを産み育てられるまち

##### 中学校部活動地域展開推進事業

【620万円】

▶部活動の地域展開を段階的に推進するため、学校に代わり指導を担う地域クラブの創設促進及び運営支援を行う「(仮称)ヌマカツ推進事務局」を設置します。

##### 沼津しごと応援事業

【690万円】

▶沼津しごと応援サイト、合同就職面接会などを通じ、市内企業の人材確保、学生などの定住促進、柔軟な働き方の推進を図るとともに、学生の地元回帰の意欲を喚起する機会の創出やカスタマーハラスメント対策セミナーを開催します。

##### 起業創業支援事業

【838万円】

▶起業を目指す人や創業して間もない人を対象としたターゲット別セミナーの開催などにより、起業者の増加や事業活動の継続を支援するとともに、高校生の起業意識創出に向けた取組を実施します。

##### 香貫山保全事業

【1,974万円】

▶市民の憩いの場である香貫山の保全管理や、階段・手すりなどの保全整備を行うとともに、遊歩道の保全対策を定める計画を策定します。

##### 史跡等保全整備事業 (高尾山古墳保存整備事業)

【4,550万円】

▶国史跡に指定された高尾山古墳の周知を図るため、講演会を開催するとともに、古墳の保存と地域資源としての活用を図ります。



##### 妊産婦・乳児健康診査事業

【1億1,820万円】

##### 母子教育相談・幼児健康診査事業

【1,396万円】

▶乳幼児の健康の保持と増進を図るため、新たに1カ月児と5歳児の健康診査を実施します。

##### 地域子育て支援事業

【6,180万円】

▶平日に市内の保育所等を利用している市内乳幼児の休日一時預かり保育サービスを沼津っ子ふれあいセンター「ぼっぼ」で開始するなど、地域における子育て世帯の支援を行います。

##### 企業立地促進事業

【5億1,210万円】

▶産業振興や雇用創出を図るため、企業が本市に立地する際の用地取得費などに対して助成を行うとともに、首都圏のIT企業等を対象とした市内体験型視察ツアーを実施します。

##### 強い産業づくり推進事業

【1,403万円】

▶市内中小企業を対象に複業人材の活用を支援するためのセミナーを開催するなど、経営基盤の強化を図ります。また、円滑な事業承継を推進するため、市内事業者への現状調査を実施します。

##### 沼津港にぎわい創出事業

【673万円】

▶Sea級ブルメの普及を図る団体を支援するとともに、内港浮き橋の利活用促進を図るため、市民向けヨット乗船体験イベントの実施や他県開催イベントに出展します。

##### 東駿河湾クラフトビール 地域循環共生圏推進事業

【2,100万円】

▶東駿河湾クラフトビール地域循環共生圏推進協議会の事業実施への負担金及び静岡クラフトビール協同組合へのモルト粕アップサイクル拠点整備の支援を通じ、特徴的な地域資源であるクラフトビールを活用した地域循環社会の形成に取り組みます。

##### 公立保育所等運営費

【1億5,562万円】

##### 施設型給付・地域型保育給付事業

【48億5,000万円】

▶子育て世帯の経済的な負担を軽減するため、同一世帯における第2子保育料を一律半額とするほか、教育・保育給付認定を受けた児童が利用する認定こども園・保育所・幼稚園・小規模保育事業所に対し、管理運営費等の支援を実施します。



## 「人・まち・自然が調和し、躍動するまち」 ～ 誇り高い沼津を目指して ～

「第5次沼津市総合計画」に定める将来都市像「人・まち・自然が調和し、躍動するまち」の実現に向け、「動き出す 創り出す」、「誇りとつながり」、「心も体も元気で健康」という基本理念のもと、次の時代へ歩みを進めます。



### 柱1

#### 自分らしい ライフスタイルを 実現できるまち

##### 広報事業

【7,340万円】

▶市政情報やイベント情報などを市民にわかりやすく効果的に発信するため、広報ぬまづを全号フルカラーにします。

##### メディア広報推進事業

【1,720万円】

▶誰もが必要な情報を取得しやすいホームページの運用に取り組みるとともに、SNSを活用したきめ細やかな情報発信を行うため、LINE公式アカウントの機能拡充を行います。

##### 地区センター整備事業

【4億2,130万円】

▶地域住民の活動・交流拠点である地区センターの再整備を計画的に実施するため、西浦地区センターの擁壁築造工事や愛鷹地区センター建築主体工事等を行います。

### 柱2

#### ヒト中心で 都市の魅力に あふれるまち

##### 市街地再開発事業

町方町・通横町地区 【25億610万円】

▶既存建築物の解体が進み、新施設の建設工事着手が予定されている町方町・通横町第一地区において、地元組合に対し支援するとともに、事業進捗に合わせた景観形成を進めます。

大手町五丁目第一地区 【4,013万円】

▶新たに都市計画決定した大手町五丁目第一地区において、地元準備組合が取り組む市街地再開発事業に対し支援します。

##### 公共交通ネットワーク形成事業

【1億4,780万円】

##### 公共交通運行維持事業

【1億2,910万円】

▶公共交通の持続可能性の確保や利便性の向上を図るため、路線バスの運行水準を維持するための支援を行うほか、X-Tech NUMAZUの取組として、沼津駅・沼津港間において自動運転レベル4の実現を見据えた実証運行等を実施します。

##### 沼津駅周辺総合整備事業

【37億5,868万円】

▶新貨物ターミナルではコンテナホームの築造を進めるとともに、線路の切替工事に向けた鉄道施設工事を進めます。また、新車両基地では車両基地への引込線路の工事に着手するなど、更なる整備に取り組むほか、鉄道施設周辺の道路等の整備を行います。

##### 地域情報化推進事業

【1億9,470万円】

▶更なる市民の利便性向上と業務の効率化を図るため、先端技術の導入及びICT環境の改善等、デジタル技術の利活用を推進します。



##### 中央公園リノベーション事業

【1億5,050万円】

▶令和8年度の供用開始に向け芝生広場やトイレ等の工事に着手し、中央公園を更に魅力ある空間へ再整備していきます。

##### 中心市街地まちづくり戦略事業

【2億1,610万円】

▶にぎわいにあふれるまちなかの創出に向け、引き続き「OPEN NUMAZU」の開催や歩行空間の整備などを行うとともに、沼津駅舎・駅前広場等デザイン基本計画の策定に取り組むなど、沼津駅周辺の中長期的なあり方について検討を行います。



# 新年度の予算編成

予算編成にあたっては、事業の重要性や必要性、費用対効果等を検証するとともに、限られた財源を効果的・効率的に配分するための精査や財源確保に努めました。

## 一般会計



956億円

▶市民税や固定資産税などの市税を主な財源として、福祉や教育、道路の整備などの事業を行うための予算

## 特別会計



404億8,200万円

▶国民健康保険など特定の事業を行う場合に、保険料等の特定収入でその支出を賄う予算

## 企業会計



297億3,100万円

▶病院の診察料や水道料金などの特定の収入を財源とし、独立して行う特別会計の中で、地方公営企業法の適用を受ける予算

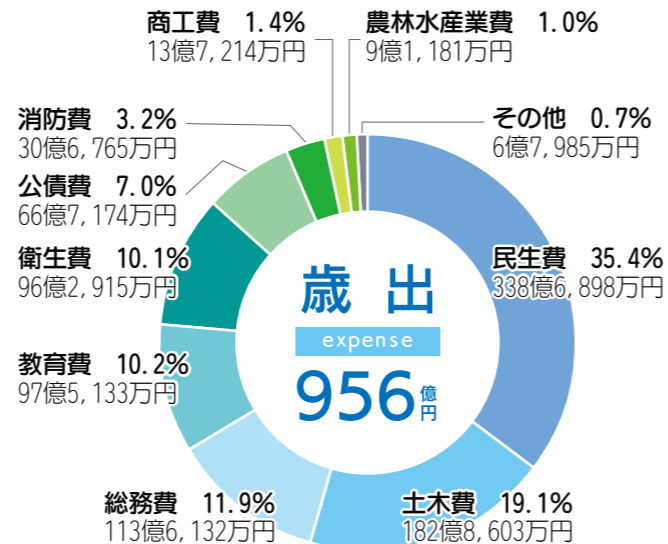
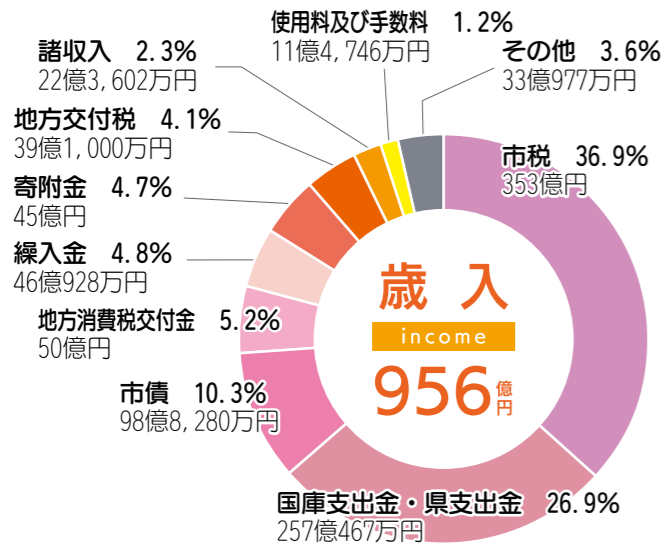
### ◆令和7年度の予算総額

		令和7年度予算額	令和6年度比増減額	増減率
一般会計		956億円	+76億4,000万円	8.7%
特別会計	国民健康保険事業	187億6,100万円	-4億9,000万円	-2.5%
	土地取得事業	5,600万円	-7,400万円	-56.9%
	介護保険事業	180億6,500万円	-4,500万円	-0.2%
	後期高齢者医療事業	36億円	+1億3,100万円	3.8%
企業会計	病院事業	128億5,300万円	-4億5,400万円	-3.4%
	水道事業	63億5,700万円	+2億8,700万円	4.7%
	下水道事業	105億2,100万円	+3億600万円	3.0%
全会計合計		1,658億1,300万円	+73億100万円	4.6%

※増減率は、小数点以下第2位を四捨五入したものです。



### ◆一般会計の歳入・歳出



## 柱6

笑顔があふれ  
健康で心豊かに  
暮らせるまち

### スポーツ施設マネジメント事業

【3,500万円】

▶スポーツ施設の適切な維持管理や長寿命化を図るとともに、ストリートスポーツパークにおいて、より気軽にアーバンスポーツを楽しめるよう、現施設西側に拡張整備を行います。



### 芸術文化振興事業

【778万円】

▶沿津市芸術祭のほか、子ども向け芸術体験イベントを開催するなど、芸術を気軽に鑑賞する機会の充実と芸術文化の振興を図ります。

## 柱7

安全・安心のまち

### 安全な地域づくり推進事業

【1,190万円】

▶風水害や巨大地震などの災害対応を強化するため、SNSを活用した災害情報集約システムを導入するほか、感震ブレーカー設置補助などを行います。

### 津波対策事業

【2,400万円】

▶津波からの人的被害を軽減するため、津波避難路等の整備や、西浦地区センターの更新整備に合わせた防災施設の高台移転を進めるほか、津波避難タワー等に夜間照明設備を設置します。

### 既存建築物等耐震化促進事業

【2,280万円】

### わが家の専門家診断事業

【1,416万円】

### 木造住宅耐震補強事業

【1億3,200万円】

▶県のプロジェクト「TOUKAI-0」と連携して、耐震診断を実施し、基準を満たしていない木造住宅の耐震補強や除却の経費に対する補助、ブロック塀等の撤去や建替の経費に対する補助などを行います。

### フレイル対策事業

【1,942万円】

▶心と体の活力が低下した状態（フレイル状態）にある人に対し新たに保健・医療専門職による短期集中予防サービスを実施し、健康寿命の延伸を図ります。

### 重層的支援体制整備事業

【600万円】

▶様々な福祉分野の制度の狭間で対象とならない世帯等が抱える、複合化した生活課題を包括的に受け止めるため、支援が行き届かない人等に、積極的な働きかけを行いサポートするなど、それぞれの福祉分野が連携し課題の解決に向けた重層的な支援を行います。

### 総合的治水対策整備事業

【12億2,358万円】

▶常襲浸水地域の浸水被害を軽減するため、大平江川排水機場や井戸川雨水貯留池の整備等を推進します。

### 防犯まちづくり事業

【5,750万円】

▶自治会の防犯灯及び通学路の防犯カメラの設置、市民の悪質電話対策機器の購入に対する補助等を行うとともに、「ながら見守り活動」の推進により、地域防犯活動の更なる充実を図ります。



## 柱8

環境と共生する  
持続可能なまち

### 中間処理施設整備事業

【6億7,460万円】

▶施設整備エリアの敷地造成工事を進めるとともに、選定した事業者が行う施設の実施設計に関する監理業務に取り組みます。

### 3R推進事業

【360万円】

▶フリーマーケットサイトを活用し、再利用可能な廃棄物を売却するなど、3R（リデュース、リユース、リサイクル）によるごみの減量と再資源化を推進します。

### ゼロカーボンシティ NUMAZU 2050推進事業

【1億3,370万円】

▶2050年温室効果ガス排出量実質ゼロに向け、公共施設への太陽光発電設備等の導入促進などに取り組むほか、低炭素交通を推進するため、事業者に対するEV導入補助の対象を拡充します。





# 子育て安心 明るい未来のまち

お問い合わせは  
各電話番号へ

## お知らせ 令和7年度 児童手当の支給日

児童手当は、高校生年代までの児童を養育している人に、2カ月に1回、偶数月の13日(土・日曜日、祝・休日の場合は、直前の平日)に支給されます。

今年度の支給日は、4月11日(金)、6月13日(金)、8月13日(水)、10月10日(金)、12月12日(金)、令和8年2月13日(金)です。  
※新たに児童手当を受給しようとする場合は、認定請求手続きが必要です。  
※詳細は、お問い合わせください。  
☎こども未来創造課 ☎055-934-4827

## お知らせ 赤ちゃんの健やかな成長のために 未熟児養育医療の申請を受け付けます

身体の発育が未熟なまま生まれ、医療を必要とする乳児が入院治療を受ける場合に、その医療費(保険診療分)を公費により負担する制度です。

対象 市内に住民登録があり、指定医療機関から養育医療意見書の交付を受けた人

申請方法 出生から1カ月以内に必要書類を直接

## イベント 保育士が遊びのお手伝い 「おひさま広場」において

とき	ところ(雨天中止)
① 4/14(月)	高沢公園(高沢町)
② 4/21(月)	我入道公園(我入道秋葉町)
③ 4/27(日)	ときわ保育所園庭(本字千本)

時間 ①②10時30分~12時③10時~12時  
対象 子供とその保護者  
※当日、直接会場へどうぞ。  
※②③は駐車場があります。  
※汚れてもよい服装でお越しください。  
☎沼津っ子ふれあいセンター「ぼっぼ」 ☎055-952-8077



※必要書類等の詳細は、市ホームページをご覧ください。

☎健康づくり課(保健センター) ☎055-951-3480

高齢者等福祉世代交流活動施設「千本プラザ」は、令和7年4月14日(月)に開館30周年を迎えます。世代の垣根を越えて、集い交流できる拠点施設として愛されてきました。

## 千本プラザは平成7年4月14日に開館しました

千本プラザは、鮮やかな松の緑が綾なす千本に、子供から高齢者まで幅広い世代の人たちが楽しめ、交流を深めるための施設として建設されました。多様な機能を備え、市民が講座や活動で利用できる会議室、音楽ホール、多目的ホールなどで各種講座や季節のイベントが開催され、多くの皆さんに利用されています。



かつてはレストラン、浴室もあった千本プラザのなつかしい思い出エピソードや写真等の展示も行います。詳細は、ホームページをご覧ください。



## 千本プラザありがとう30周年 千本プラザフェスティバル

30周年を記念するイベントに参加しませんか。4月27日(日)はキッチンカーもやってきます。

	ふれあい動物園がやってくる!	あそべるコンサート&こころ潤うお話	美温活リンパストレッチ	初級筋トレ&ダンスエアロ	色で元気に! シニア世代のカラーコーディネート講座
とき	4/27(日)	5/4(水)	5/24(土)・31(土) (全2回)	5/24(土)・31(土) (全2回)	5/25(日)
時間	①10:00~11:00 ②11:00~12:00 ③12:30~15:00	14:00~15:00	14:00~15:30	18:30~20:00	14:00~16:00
ところ	多目的ホール	音楽ホール	多目的ホール	多目的ホール	大会議室
定員	①②各100人(申込多数の場合は抽選)	200人(申込多数の場合は抽選)	30人(申込多数の場合は抽選)	30人(申込多数の場合は抽選)	20人(申込多数の場合は抽選)
対象	-	-	18歳以上の人(高校生を除く)	18歳以上の人(高校生を除く)	概ね55歳以上の人
持ち物	-	-	飲み物、タオル、ヨガマット(持っている人)、五本指ソックス(必要な人)	飲み物、タオル、室内用運動靴、ヨガマット(持っている人)	500円(材料費)
申込方法	①②4月17日(木)、10時までに専用フォームで ③当日、直接会場へどうぞ。	4月24日(木)、10時までに専用フォームで	5月10日(土)、10時までに専用フォームで	5月12日(月)、10時までに専用フォームで	5月14日(水)、10時までに専用フォームまたは電話で

## 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

## 簡単に測定できる! 健康度測定&健康相談



骨粗しょう症や生活習慣病予防のための健康度測定を行っています。骨の強さがわかる「骨密度測定」や内臓脂肪レベルがわかる「体組成測定」で身体の状態をチェックして、日頃の健康管理に役立ててみませんか。

とき 平日、8時30分~17時15分 (1人30分程度)  
ところ 保健センター

内容	対象
骨密度測定	1年以内に測定していない人 骨粗しょう症の治療をしていない人
体組成測定	6カ月以内に測定していない人 ペースメーカーを使用していない人
健康相談	生活習慣改善等を相談したい人

対象 市内に住む20歳以上の人  
申込方法 電話で(要予約)

## 小児慢性特定疾病児童 日常生活用具の給付

市内に住民登録があり、在宅で日常生活を営むのに支障のある小児慢性特定疾病児童に対し、日常生活の支援を目的として、次の用具を給付します。

給付用具 便器、特殊マット、特殊便器、特殊寝台、歩行支援用具、入浴補助用具、特殊尿器、体位変換器、車椅子、頭部保護帽、電気式たん吸引器、クールベスト、紫外線カットクリーム、ネブライザー(吸入器)、パルスオキシメーター、ストーマ装具(消化器系)、ストーマ装具(尿路系)、人工鼻

※対象児童の扶養義務者の収入の状況に応じて、自己負担金があります。  
※申請前に購入すると対象となりませんので、購入前にご相談ください。  
※申請方法等の詳細は、お問い合わせいただくか子育てポータルサイトをご覧ください。



## information お知らせ

# 開館30周年 千本プラザフェスティバル開催!



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

お知らせ

4月6日(日)~15日(火)の期間、春の全国交通安全運動を実施します。交通ルールや交通マナーを遵守して安全で安心なまちをつくりましょう。



4月は、新入学・新入園の時期を迎えるため、まだ道路を歩くことに慣れていない子どもたちが多く歩くことになります。より一層、交通ルールやマナーを遵守し、交通安全を心がけましょう。

今回の運動は、次の項目を運動の重点とします

- ・こどもを始めとする歩行者が安全に通行できる道路交通環境の確保と正しい横断方法の実践
- ・歩行者優先意識の徹底とながら運転等の根絶やシートベルト・チャイルドシートの適切な使用の促進
- ・自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守の徹底
- ・交差点の交通事故防止



春の全国交通安全運動  
交通ルールを知る、守る。

生活安心課

055-934-4742

CHECK! 子供の不意の「とびだし」を防ぐための振りほどきにくい手のつなぎ方



- ①子供に親指を握ってもらいます。
- ②大人(保護者)はチョキのかたちをつくります。
- ③チョキにした指で子供の手首をつかみます。
- ④子供の手首をしっかり握りましょう。

+

お知らせ

高齢運転者による交通事故の割合が増えています。運転に少しでも不安を感じている人は、運転免許証の自主返納を考慮してみませんか。

- 対象** 市内に住む65歳以上で、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)の交付
- ※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。



+

高齢者の運転免許証  
自主返納を支援します

生活安心課

055-934-4742

まず Step1 運転免許証の自主返納

- 申請場所** 沼津警察署または東部運転免許センター(足高)
- 持ち物** 運転免許証
- 交付書類** 運転免許の取消通知書、無効確認を受けた運転免許証
- ※免許返納時に、身分証明書として使える運転経歴証明書が発行できます(手数料1,100円)。



次に Step2 バス・タクシー利用券の交付

- 申請場所** ①市役所2階生活安心課または戸田市民窓口事務所  
②沼津警察署または各市民窓口事務所(戸田市民窓口事務所を除く)
- 交付時期** ①当日②申請後、概ね1週間後に郵送
- 持ち物** 運転免許の取消通知書、無効確認を受けた運転免許証または運転経歴証明書
- ※代理人が申請する場合は、委任状が必要です。
- ※同じ場所で手続きを済ませたい人は、沼津警察署でバス・タクシー利用券の交付の手続きをしてください(申請後、概ね1週間後に郵送)。

お知らせ

沼津市では約5,700人の外国人が生活しています。国や国籍を問わず、誰もが協力しながら安心して生活できる地域づくりのために互いの文化を認め合いましょう。

募集 カラマズー市民訪問団ホストファミリー

姉妹都市(ミシガン州カラマズー市)から市民訪問団が沼津を訪問し、市内を中心にホームステイをしながら交流を深めます。ホストファミリーとなって互いの文化について理解を深めてみませんか。

期間 7月23日(水)~28日(月)(5泊6日) 募集数 15家庭程度

申込方法 4月25日(金)までに市役所2階地域自治課にある申込書と家族写真を直接 ※マッチングの結果、希望に添えない場合があります。



講座 中国語入門講座2025(一期)

とき 5月7日~7月16日の水曜日(5月28日を除く)(全10回)

時間 19時~20時30分

ところ 市民文化センター第5会議室

内容 中国語学習経験のない人や浅い人を対象とした入門講座

定員 30人(先着順)

参加料 一般=4,000円、高校生以下=3,000円

申込方法 4月8日(火)、9時から電話で

※しずおか県民カレッジ連携講座です。



講座 太極拳講座2025(前期)

とき 5月20日~6月10日の火曜日(全4回)

時間 19時15分~20時45分

ところ 第五地区センター

内容 八式太極拳

定員 25人(先着順)

参加料 一般=1,500円、中学生以下=1,000円

持ち物 飲み物、タオル、室内用運動靴、床に敷くバスタオル

申込方法 4月8日(火)、9時から電話で

※運動のできる服装でお越しください。

※しずおか県民カレッジ連携講座です。



いずれも 沼津国際交流協会事務局(地域自治課内) 055-934-4717

講座 親子で学ぶ日本語ひろば

沼津市や周辺の市町に住んでいる外国人を対象に、生活に必要な日本語を勉強するための「親子で学ぶ日本語ひろば」を開催しています。親子で参加できる日本語教室です。

とき 4月から令和8年3月までの日曜日 時間 9時30分~11時

ところ 第五地区センター、今沢地区センター 持ち物 筆記用具、ノート、学びたいテキスト等

※当日、直接会場へどうぞ。 ※詳細は、市ホームページをご覧ください。 広報めまづ 検索

募集 多文化共生ボランティア

種類	内容	求める人物像
通訳・翻訳ボランティア	学校等での外国籍児童・生徒のための通訳・翻訳など	外国語から日本語、日本語から外国語への通訳・翻訳ができる人
日本語支援ボランティア	市が実施する日本語教室や小中学校での外国籍児童・生徒への日本語支援	外国人住民への日本語支援に理解と意欲がある人
ホストファミリーボランティア	市の姉妹都市・友好都市交流事業等での外国人訪問者のホームステイ受入	原則単身世帯ではなく、家族の理解・協力が得られる人
日本文化・外国文化紹介ボランティア	市のイベント・講座等での各国の文化等の紹介	各国の文化や料理等を日本語で紹介できる人
災害時外国人支援ボランティア	大規模な災害が発生した場合に外国人住民等への情報提供や相談など	災害時の外国人支援の活動に理解と意欲がある人

対象 次の要件をすべて満たす人①市内または隣接している市町に住む18歳以上の人(外国籍の人は在留資格がある人)②ボランティア活動に意欲のある人③市が実施する研修会等に参加できる人④沼津市暴力団排除条例に規定する暴力団員等でない人

申込方法 市役所2階地域自治課または市ホームページにある所定の用紙に顔写真を添えて直接またはメールで

地域自治課 055-934-4717 kokusai@city.numazu.lg.jp

※詳細は、お問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。 広報めまづ 検索

誰もが安心して暮らせるように  
互いの文化を認め合おう!



地域自治課

055-934-4717

# 情報ひろば

**リアル恐竜ショー 恐竜パーク**  
赤ちゃん恐竜から大人のティラノサウルスまで登場！見て、学んで、楽しめる恐竜ショーです。



※動きやすい服装でお越しください。  
専用フォーム

**催し**  
**内浦の自然と文化財ウォーキング**  
「文化財まちあそびマップ(内浦編)」を活用し、モデルコースを一部アレンジしたルートを学芸員と一緒に巡るまち歩きツアーです。  
とき 4月26日(土)、9時30分～13時  
集合 三津郵便局バス停付近  
対象 階段の上り下りが無理なくできる小学校5年生以上の人  
定員 20人(先着順)  
参加料 千円(保険料他)  
申込方法 4月8日(火)、9時から専用フォームで

**沼津みなと新鮮館 開業16周年イベント**  
とき 4月20日(日)、10時～15時30分  
ところ 沼津みなと新鮮館(千本港町)  
時間 10時から  
内容 沼津港深海水族館ペアチケット等が当たるガラポン抽選会(景品がなくなり次第終了)  
1311時30分、飛龍高等学校和太鼓部による和太鼓演奏  
14時 飯田徳孝ライブ

市民文化センター  
市民文化センター  
文化振興課(文化施設係)  
0555-932-6111  
0555-934-2561



とき 8月11日(祝)、①12時から②15時から  
ところ 市民文化センター大ホール  
入場料 ①4800円②4300円  
(全席指定、2歳以下はひざ上観賞可(座席が必要な場合は有料))  
チケット 4月19日(土)から、市民文化センターホームページ・窓口、各指定プレイガイドで発売  
※チケット発売場所により、発売開始時間が異なります。  
ホームページ

**高齢者からだ セルフケア講座**  
高齢者の健康保持や介護予防のために、希望の日時・場所に鍼灸マッサージ師が講師として出向きます。身近な仲間同士で受講してみませんか。  
とき 9時～21時のうち、90分程度(日曜日、祝・休日を除く)

長寿者の健康保持や管理栄養士が希望の日時・場所に講師として出向き、お口のケア編・食生活編としてそれぞれ健康長寿のヒントをお伝えします。  
とき 9時～17時のうち、90分程度  
ところ 市内(会場は申込者が用意)  
対象 市内に住む概ね65歳以上の10～20人程度のグループ  
申込方法 開催希望日の1カ月前までに直接または電話で  
※同じグループの申込は年2回までです。  
※営利的な講座への講師の派遣はできません。

**シニアのための 口腔・栄養教育講座**  
歯科衛生士や管理栄養士が希望の日時・場所に講師として出向き、お口のケア編・食生活編としてそれぞれ健康長寿のヒントをお伝えします。  
とき 9時～17時のうち、90分程度  
ところ 市内(会場は申込者が用意)  
対象 市内に住む概ね65歳以上の10～20人程度のグループ  
申込方法 開催希望日の1カ月前までに直接または電話で  
※同じグループの申込は年2回までです。  
※営利的な講座への講師の派遣はできません。

**講座・教室**  
※当日、直接会場へご来場ください。  
沼津魚仲買商協同組合  
0555-962-2882  
水産海浜課(水産海浜係)  
0555-934-4753

**大輪アサガオ・変化アサガオの育て方教室**  
大きな花を咲かせる大輪アサガオと奇抜な花や葉をもつ変化アサガオを育ててみませんか。  
とき 4月27日(日)、9時30分、11時30分  
ところ 帯笑園(原)  
定員 各15人(申込多数の場合は抽選)  
参加料 500円(材料費他)  
申込方法 4月24日(木)までに電話で



市内(会場は申込者が用意)  
対象 市内に住む概ね65歳以上の10～30人程度のグループ  
申込方法 開催希望日の1カ月前までに直接または電話で  
※同じグループの申込は年2回までです。  
※営利的な講座への講師の派遣はできません。

**消費生活に関する相談** 消費生活センター ☎055-934-4841  
相談の種類 とき 内容  
消費生活相談 月～金曜日、8:30～17:15 契約問題や悪質商法に関する相談など消費生活全般

**暮らしに関する各種相談** 市民相談センター ☎055-934-4700

相談の種類	とき	内容
市政・一般相談	月～金曜日、8:30～17:15	個人の生活上に生じた問題についての相談や市への要望・意見など
交通事故相談	月～金曜日、8:30～17:00	交通事故全般
犯罪被害者等相談	月～金曜日、8:30～17:15	犯罪被害者等の支援に関する相談
専門家による以下の相談は予約が必要です。(各相談はそれぞれ年度内1回限り)		
人権相談	毎月第1・3水曜日、13:00～16:00	人権問題
戸田地区人権相談 ※くるら戸田で実施	10・12・3月の第2水曜日、13:00～16:00	法律相談
法律相談	毎月第1・3水曜日、13:00～16:00	法律問題全般
行政相談	毎月第2・4水曜日、10:00～15:00	国・県・市などの行政サービス等に関する要望・苦情など
戸田地区行政相談 ※くるら戸田で実施	毎月第2水曜日(1・8月を除く)、10:00～12:00	債務整理(自己破産、過払金返還請求等)、消費契約問題、金銭トラブルなど
多重債務相談	毎週金曜日、13:00～17:00	相続、遺言、贈与、不動産登記、成年後見など
司法書士相談	毎月第3火曜日(8月を除く)、13:00～16:00	不動産売買・賃貸借等に関する相談
不動産取引相談	毎月第1木曜日(1・5月を除く)、13:00～16:00	測量・登記・境界問題等に関する相談
測量・登記相談	毎月第2木曜日、13:00～16:00	年金、労災、雇用、社会保険、労働トラブルなど
労働・年金相談	(労働)毎月第2火曜日、13:00～16:00 (年金)毎月第4火曜日、13:00～16:00	

## 募集

道路や公園、緑地などの公共施設で環境美化活動に取り組む「ぬまづまちピカ応援隊」に登録して、皆さん自身できれいなまちづくりを実現してみませんか。



### まちピカ応援隊を募集しています

「ぬまづまちピカ応援隊制度」は、道路や公園、緑地などの公共施設で、ごみ拾いや花壇の手入れ・除草などの環境美化活動に取り組む市民・企業・各種団体などを支援する制度です。

市では、登録団体に軍手やほうきの支給、保険の加入、啓発看板の設置や市ホームページでの紹介を通して、応援隊の活動を支援しています。



**活動内容** ごみ拾いや清掃活動、植栽や花壇の手入れ及び除草など

**対象** 市内に住む通勤・通学する3人以上で構成し、年2回以上市の公共施設の美化活動を行うことができる団体

※申込方法等の詳細は、お問い合わせいただくか市ホームページをご覧ください。



### まちピカ応援隊って何をやるの?



毎月1日の大掃除の際、地域清掃班を設けて30分ほどごみ拾いを行っています。普段お世話になっている地域をきれいで達成感があります。継続して活動していきたいです!

清掃・ごみ拾い・除草のほか、落書き落とし・道路異常通報・パトロール・融雪剤散布(冬季)・はまゆつの育成などもまちピカ応援隊の活動です!



## ぬまづまちピカ応援隊に登録しませんか

地域自治課  
☎055-934-4807

## お知らせ

## その困りごと、ご相談ください

お問い合わせは 各電話番号へ

募集

スポーツ推進審議会委員

任期 7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

応募方法 「スポーツ」に期待する(ことば)を
テーマとした小論文(8000
字程度)及び面接
応募方法 履歴書と小論文を直接、郵送
またはメールで
応募期間 4月10日(木)～5月
12日(月)(必着)

申請 ウズスポーツ課(市民スポーツ係)
〒410-8601 沼津市役所
0555-934-4875
sports@city.numazu.lg.jp

砂の造形大会

一般参加枠参加者

沼津市子ども会育成連絡協議会(沼
子連)主催の「砂の造形大会」に、どなたでも参加可能な一般参加枠が新設さ
れました。

仲間と協力してサンドアートを作っ
てみませんか。
とき 6月8日(日)、9時から
ところ 志下海岸
チーム編 1チーム15人以下で構成
定員 15チーム
申込方法 沼子連ホームページに
ある所定の用
紙をメール、ファ
クスまたは直接



ホームページ



沼子連事務所(生涯学習課内)

学生の選挙事務従事者・期日前投票立会人

令和7年度に執行される選挙の事務
従事者、期日前投票立会人を募集しま
す。登録していただいた人には、投票
日確定後、従事の可否確認の連絡をし
ます。

選挙事務従事者

従事日 投票日、6時30分～20時30分
ところ 市内の投票所
報酬 1万9175円(予定額)(手
取額、事前説明会を含む)、交
通費・食事代なし

期日前投票立会人

従事日 期日前投票期間のうち数日
勤務時間 ①8時15分～14時15分②14時
～20時のいずれか
ところ 市役所期日前投票所
報酬 1回につき7800円(手取
額)、交通費なし、食事付き

いずれも

応募資格 市内に住むか通学する18歳以
上の大学生または専門学校生
応募方法 登録申込書と学生証の写しを

申込期限 5月9日(金)
※詳細は、ホームページをご覧ください。

自動音声予約ダイヤル(24時間)

0550-1722-1110
※免許更新の際に70歳以上となる人は
予約不要です。

マイナンバーカードを運転免許証と
して利用できるようになります

3月24日(月)から、希望される人への
マイナンバーカードと運転免許証の一
体化(マイナ免許証)を開始しました。

※詳細は、静岡県警察ホー
ムページをご覧ください。



ホームページ

生活安心課(交通・防犯対策係)

0555-952-0110

市民文化センターでWEB
B予約・キャッシュレス
決済が利用できます

4月1日(水)から、施設の使用申請や
公演チケットの購入がオンラインでで
きるようになりました。

市民文化センターホームページで
事前利用登録をし、WEB
申請・チケット購入
決済方法 WEB決済(クレジットカード・
他)、コンビニ決済

※施設予約は、本ホールを除きます
※チケット購入の際、システム手数料・
発券手数料がかかります。

※従来どおりの利用も可能です。ただ
し、チケットの郵送は終了します。

◆ぬま友(沼津市民文化センター新友
の会)の入会募集
会員特典 指定公演チケット優先販売・
割引販売(1会員2枚まで)

市役所7階選挙管理委員会事
務局に直接または郵送
募集期間 随時
※登録申込書は、お問い合わせい
ただくかホームページを閲覧
ください。

狩野川河川愛護モニター

狩野川の河口から修善寺橋までの間
で、河川の整備や利用、環境に関する
地域の要望、ごみの投棄や施設の異常
等の情報共有をし、可能な範囲で地域
住民への河川愛護思想の普及・啓発に
努めていただくモニターを募集します。

任期 7月1日から1年間
応募資格 河川愛護に関心があり、20歳
以上で心身ともに健康で、か
つ狩野川周辺に住んでいる人

定員 4人程度
選考方法 書類審査

応募期間 4月1日(水)～5月7日(水)
選考結果 6月上旬に通知
※手当があります。応募方法等の詳細
は、お問い合わせください。

沼津河川国道事務所
0555-934-2011
河川課(管理係)
0555-934-4786

お知らせ

市税納付の夜間相談窓口

4月17日(木)、17時15分～19時

抽選で指定公演(招待、イベ
ント情報)メール配信
年度会費 5000円(年度毎更新)
※令和6年度までの友の会会員の人は、
新たに登録が必要です。

※詳細は、ホームページを
ご覧ください。



ホームページ

市民文化センター
0555-932-6111

文化振興課(文化施設係)
0555-934-2561

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。

春のスケッチ会

4月13日(日)、10時～14時30分
(雨天の場合は20日(日)に延期)
受付 9時45分から
ところ 龍泉寺(清水町徳倉)
※当日、直接受付へどうぞ。



※公共交通機関をご利用ください。

沼津美術協会事務局 中山さん
090-9622-9703

ロボット・
プログラミング体験教室

プログラミングでロボットを動かす
体験ができます。初心者でも安心して
学べます。

4月19日(土)、5月10日(日)、9
時45分～11時45分
沼津工業高等専門学校(大岡)
対象 小学校3年生～中学生

市役所2階納税管理課
納税管理課(納税推進係)
0555-934-4732

国民健康保険料納付の
夜間相談窓口

4月17日(木)、17時15分～19時
市役所1階国民健康保険課
国民健康保険課(収納係)
0555-934-4727

水道料金納付の
夜間相談窓口

4月22日(水)、17時15分～20時
水道部庁舎1階
水道サービス課
水道サービス課(料金係)
0555-934-4853



休日歯科救急協力医の診
療時間が変わります

休日における歯科救急協力医につい
て、4月から診療時間が9時～17時に
変更となります。



当番医は19ページに掲載
されている救急協力医ペー
ジをご覧ください。

健康づくり課(保健センター)
0555-951-3480

4月は20歳未満飲酒防止
強調月間です

20歳未満の人の飲酒は法律で禁止さ
れています。

民法の成年年齢は18歳に引き下げら
れましたが、お酒に関する年齢制限は

定員 各20人程度
※申込方法等の詳細は、ホー
ムページをご覧ください。



ホームページ

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。

4月19日(土)、開演14時
大手町会館2階ホール
定員 80人程度(先着順)
※当日、直接会場へどうぞ。

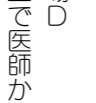
沼津落語講談協会 原さん
090-9036-6191

太極拳体験会

4月21日(月)、23日(水)、30日(水)
9時30分～11時
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

練拳の会 渡辺さん
0800-3073-7090



千本ブラザニアギャラリー

志田幹雄展
5月1日(木)～10日(土)、9時～17
時(初日は13時から、最終日は
12時まで)



千本ブラザニアギャラリー

志田幹雄展
5月1日(木)～10日(土)、9時～17
時(初日は13時から、最終日は
12時まで)

有害鳥獣捕獲の実施

市内でイノシシ、シカ、カラス、サ
ル等により農作物が荒らされる被害が
多発しています。市では、駿東猟友会
と協力し、年間を通じて有害鳥獣捕獲
を実施しています。

捕獲にあたって、住民の皆さんに十
分注意し、事故のないよう実施しま
すのでご理解と協力をお願いします。

愛鷹山麓 門池地区、徳倉山・
横山一帯、内浦・西浦全域、戸
田地区

農林農地課(農林振興係)
0555-934-4751

沼津警察署からの
お知らせ

運転免許更新が予約制になりました
静岡県警察では、窓口の混雑緩和や
来庁者の待ち時間、滞在時間の縮減の
ため、2月16日(日)から免許更
新と学科試験が予約制になり
ました。



免許更新をする人で、更新連
絡はがき(予約番号記載のもの)
が届いた人、学科試験を受
験する人

※申込方法等の詳細は、静
岡県警察ホームページを
ご覧ください。



ホームページ



教室名	開催期間	曜日	時間	定員	参加料	レベル	内容
<b>第五地区 会場：第五地区センター</b>							
柔・酸・筋教室(筋トレ)	5/21~8/6	水	10:00~11:15	40人	2,500円	中級	全身筋力強化を図る筋トレ
からだづくり教室	Aコース	5/ 8~7/10	9:20~10:30	40人	2,500円	中級	筋力トレーニング・ストレッチなど
	Bコース		10:40~11:50	40人			
アップ・UP体操教室	5/ 8~7/10	木	13:00~14:15	40人	2,500円	初級	ストレッチ・リズム運動・ロコモ予防運動など
からだとのえ運動教室	5/ 8~7/10	木	14:30~15:45	40人	2,500円	初級	ロコモ予防トレーニングなど
リセットヨガ教室	5/ 9~7/11	金	18:00~19:00	35人	2,500円	初級	心身ともにリラックスするヨガ
フローヨガ教室	5/ 9~7/11		19:30~20:30	35人	2,500円	中級	呼吸と身体の繋がりをを行うヨガ
<b>第一地区 会場：第一地区センター</b>							
からだづくり教室 金曜日コース	5/23~7/25	金	19:00~20:15	25人	2,500円	中級	筋力トレーニング・ストレッチなど
からだづくり教室 土曜日コース	5/10~8/2	土	9:10~10:20	25人	2,500円	初級	筋力トレーニング・ストレッチなど
			10:40~11:50	25人		中級	
<b>第二地区 会場：第二地区センター</b>							
リラックスヨガ教室	5/14~7/23	水	18:00~19:00	30人	2,500円	初級	心も体もリラックスするヨガ
チェアヨガ教室	5/14~7/23		19:30~20:30	30人	2,500円	初級	疲れを癒やし元気になるヨガ
筋整&シェイプアップ教室	5/ 9~7/11	金	19:00~20:15	25人	2,500円	上級	エアロピクス・ボクササイズ・コンディショニングなど
<b>第三地区 会場：第三地区センター</b>							
アップ・UP体操教室	水曜日コース	5/14~7/16	13:30~14:45	45人	2,500円	初級	ストレッチ・リズム運動・ロコモ予防運動など
	木曜日コース	5/ 8~7/17		45人		初~中級	
<b>大平地区 会場：大平地区センター</b>							
アップ・UP体操教室	5/14~7/16	水	13:30~14:45	30人	2,500円	初級	ストレッチ・リズム運動・ロコモ予防運動など
男性健康づくり教室	5/ 9~7/11	金	10:00~11:15	30人	2,500円	初級	筋力トレーニング(姿勢・体幹・バランス)・ストレッチなど
<b>静浦地区 会場：静浦地区センター</b>							
アップ・UP体操教室	5/ 9~7/25	金	13:30~14:45	40人	2,500円	初級	ストレッチ・リズム運動・ロコモ予防運動など
<b>内浦地区 会場：内浦地区センター</b>							
からだとのえ運動教室	5/ 9~7/11	金	10:00~11:15	40人	2,500円	初級	ロコモ予防トレーニングなど
<b>戸田地区 会場：戸田地区センター</b>							
アップ・UP体操教室	5/ 9~7/11	金	13:30~14:45	30人	2,500円	初級	ストレッチ・リズム運動・ロコモ予防運動など
<b>戸田地区 会場：戸田B&amp;G海洋センター</b>							
アクアウォーキング教室	5/13~7/1	火	10:00~11:00	30人	3,600円	初~中級	ウォーキングを中心とした水中運動

### 体力づくり・健康づくり教室、スポーツ教室

**対象** 市内に住むか通勤・通学する人

**ところ** 香陵アリーナ

**申込方法** ①4月14日(月)までに往復はがきの返信面左側に申込者の住所・氏名、右側に教室名(クラス)、氏名(ふりがな)、生年月日、性別、年齢、住所、電話番号を明記して郵送(必着)

②4月1日(火)、10時~14日(月)、21時にホームページにある専用フォームで

※弓道・女性弓道教室に申込の人は弓道歴・段位を記入してください。

※②の人は、受講決定通知のメール(@shisetsu-form.mizuno.jp)を受信可能にしてください。

※参加の可否及び参加料の納入については4月25日(金)以降に、はがきまたはメールでご案内します。

※教室の内容等の詳細は、ホームページをご覧ください。

☎香陵アリーナ ☎410-0832 御幸町15-1 ☎055-928-5231



香陵アリーナ  
ホームページ

### 体力づくり・健康づくり教室

教室名	期間	曜日	時間	定員	回数	参加料	対象	内容
女性体操教室	月曜日クラス	5/12~8/18	10:00~11:30	50人	10回	5,000円	18歳以上の女性	初心者にも手軽にできるエアロピクス、ストレッチ
	水曜日クラス	5/14~7/30		50人				
	木曜日クラス	5/15~7/17		50人				

## 各種スポーツ教室 参加者募集!



### ◆いずれも

- ※親子体力づくり教室以外は、未就学児を連れての参加はできません。
- ※医師から運動を禁止されている人は参加できません。
- ※自身で傷害保険に加入の上、参加してください。
- ※申込多数の場合は抽選です。



### 地域体力づくり教室

**対象** 市内に住む18歳以上の人

**申込方法** ①4月14日(月)までに往復はがきの返信面左側に申込者の住所・氏名、右側に会場名、教室名、氏名(フリガナ)、生年月日、性別、年齢、住所、電話番号を明記して郵送(必着)

②4月14日(月)、17時までに市ホームページにある専用フォームで

※運動レベル…初級：運動不足解消、初~中級：健康増進、中級：体力維持、上級：体力向上

※「女性・美エクササイズ教室」、「アップ・UP体操教室」、「ヨガ教室」は、ひとり1地区1コースの申込です。

※はがき1枚につき1教室の申込です。

※締切後、定員に満たない場合は、再募集をすることがあります。

※参加の可否及び参加料の納入については4月16日(火)以降に、はがきまたは市ホームページでご案内します。

☎ウィズスポーツ課 ☎410-8601 沼津市役所 ☎055-934-4893



市ホームページ  
各種教室

教室名	開催期間	曜日	時間	定員	参加料	レベル	内容	
<b>原地区 会場：原地区センター</b>								
女性・美エクササイズ教室	Aコース	5/13~8/5	火	9:20~10:35	45人	2,500円	中級	エアロピクス・リンパストレッチなど
	Bコース			10:45~12:00	45人		初級	
アップ・UP体操教室	水曜日コース	5/14~7/16	水	13:30~14:45	80人	2,500円	初~中級	ストレッチ・リズム運動・ロコモ予防運動など
	木曜日コース	5/ 8~7/10	木		80人		初級	
<b>浮島地区 会場：浮島地区センター</b>								
アップ・UP体操教室	5/13~7/15	火	13:30~14:45	40人	2,500円	初級	ストレッチ・リズム運動・ロコモ予防運動など	
<b>愛鷹地区 会場：愛鷹地区センター</b>								
アップ・UP体操教室	5/15~7/17	木	13:30~14:45	40人	2,500円	初級	ストレッチ・リズム運動・ロコモ予防運動など	
<b>今沢地区 会場：今沢地区センター</b>								
からだづくり教室	5/13~7/15	火	10:00~11:15	30人	2,500円	中級	筋力トレーニング・ストレッチなど	
アップ・UP体操教室	水曜日コース	5/14~7/16	水	13:30~14:45	30人	2,500円	初級	ストレッチ・リズム運動・ロコモ予防運動など
	木曜日コース	5/ 8~7/10			30人		初~中級	
<b>片浜地区 会場：片浜地区センター</b>								
柔・酸・筋教室(ヨガ)	5/14~7/16	水	10:00~11:15	40人	2,500円	中級	柔軟性を向上させるヨガ	
男性健康づくり教室	5/ 8~7/10	木		40人	2,500円	初級	筋力トレーニング(姿勢・体幹・バランス)・ストレッチなど	
<b>金岡地区 会場：金岡地区センター</b>								
柔・酸・筋教室(エアロビ)	5/14~7/23	水	10:00~11:15	25人	2,500円	中級	全身持久力を向上させるエアロピクス	
脚力改善教室	5/14~7/23		13:30~14:45	40人	2,500円	初~中級	歩行運動・バランストレーニングなど	
メンテナンスヨガ教室	5/ 8~7/31	木	19:00~20:00	30人	2,500円	初~中級	心と身体のバランスを整えるヨガ	
アップ・UP体操教室	5/ 9~7/18	金	13:30~14:45	40人	2,500円	初級	ストレッチ・リズム運動・ロコモ予防運動など	
<b>門池地区 会場：門池地区センター</b>								
からだづくり教室	5/14~7/16	水	10:00~11:15	40人	2,500円	中級	筋力トレーニング・ストレッチなど	
フローピラティス教室	5/ 8~7/24	木	19:30~20:45	30人	2,500円	中級	音楽に合わせてピラティスの動きでエクササイズ	
アップ・UP体操教室	Aコース	5/ 9~7/11	金	13:00~14:15	40人	2,500円	初級	ストレッチ・リズム運動・ロコモ予防運動など
	Bコース			14:30~15:45	40人		初~中級	
<b>大岡地区 会場：大岡地区センター</b>								
アップ・UP体操教室	5/ 8~7/10	木	13:30~14:45	40人	2,500円	初級	ストレッチ・リズム運動・ロコモ予防運動など	
からだづくり教室	5/ 8~7/10		19:00~20:15	30人	2,500円	中級	筋力トレーニング・ストレッチなど	

# 4 救急協力医

## 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

4月 1(火) ひがしおかクリニック 941-8269 清水町柿田	18時～ 三島メディカル 972-0711 三島市南本町	青木整形 922-0521 高島町
2(水) 旭医院 966-0031 原	西村医院 971-6510 長泉町下土狩	松原医院 962-1496 白銀町
3(木) 武藤医院 931-0088 三園町	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	池田病院 986-1212 長泉町本宿
4(金) 高遠内科クリニック 926-8739 東椎路	みらいえ 924-1111 高島本町	山本整形外科 989-8111 長泉町南一色
5(土) 池田病院 986-1212 長泉町本宿	光ヶ丘小児科 987-2200 三島市光ヶ丘	池田病院 986-1212 長泉町本宿
小林医院 966-7700 今沢 6(日) 村岡クリニック 954-2000 大岡 エイル裾野クリニック 955-5088 裾野市岩波	スキップこども 992-6303 裾野市茶畑	西方外科 921-1333 共栄町 さとやま整形外科内科 939-8031 東原
7(月) 森医院 966-2017 石川	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	田沢医院 962-1205 大手町
8(火) 今井医院 921-3211 五月町	よざ小児科 967-5722 原	東医院 921-5520 高沢町
9(水) 高田クリニック 962-1410 仲町	杉谷小児科 923-6543 筒井町	白石医院 951-4593 市道町
10(木) ベル内科・脳神経 925-0555 西沢田	西村医院 971-6510 長泉町下土狩	池田病院 986-1212 長泉町本宿
11(金) かとう内科医院 946-5562 大岡	田中医院 921-2053 高島町	桑名眼科脳神経 975-2200 清水町久米田
12(土) 沼津リハビリテーション 931-1911 上香貫曼陀ヶ原	すずきファミリー 960-0333 一本松	聖隷沼津 952-1000 松下
岡田医院 921-5321 新宿町 13(日) 杉山(和)医院 972-3223 清水町伏見 原医院 992-1330 裾野市佐野	まるやま小児科 981-8577 清水町堂庭	駿東整形 922-8855 高沢町 五十嵐クリニック 934-6700 志下
14(月) 御成橋米クリニック 952-2525 八幡町	みらいえ 924-1111 高島本町	萩野クリニック 966-7111 根古屋
15(火) いしざき脳神経内科 989-1919 長泉町納米里	18時～ 三島メディカル 972-0711 三島市南本町	こんどうクリニック 925-2420 岡宮
16(水) 葉袋クリニック 933-0148 清水町徳倉	杉谷小児科 923-6543 筒井町	遠藤クリニック 975-8801 清水町久米田
17(木) 愛鷹クリニック 967-3711 今沢	白十字小児科 933-5111 下香貫馬場	池田病院 986-1212 長泉町本宿
18(金) 花クリニック 987-9145 長泉町下土狩	すずきファミリー 960-0333 一本松	西方外科 921-1333 共栄町
19(土) 沼津はまゆう病院 963-4114 錦町	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
森本クリニック 976-5221 長泉町竹原 20(日) 富士クリニック 932-3553 下香貫藤井原 田中クリニック 992-1881 裾野市伊豆島田	みらいえ 924-1111 高島本町	田中クリニック 992-1881 裾野市伊豆島田 山本整形外科 989-8111 長泉町南一色 ひがしおかクリニック 941-8269 清水町柿田

耳鼻科 4月 8時～17時	6(日) さかのの森耳鼻咽喉科 929-8787 西沢田	13(日) 里和耳鼻咽喉科 0545-23-1133 富士市伝法	20(日) かがやし耳鼻咽喉科 933-3311 御幸町
眼科 4月 8時～17時	6(日) みつい眼科 992-5555 裾野市茶畑	13(日) ながい眼科 957-3020 三島市文教町	20(日) 西島病院 922-8235 大岡
産婦人科 4月 8時～17時	6(日) 三島ゆりレディース 972-1057 三島市西若町	13(日) 宮崎クリニック 0545-66-3731 富士市松岡	20(日) 島田産婦人科 972-6100 清水町伏見
歯科 4月 9時～17時	6(日) きくた歯科医院 951-4628 下河原町	13(日) きのした歯科クリニック 925-3381 岡宮	20(日) パートナー歯科 951-1150 大岡

夜間や休日の病气やけがで 概ね15歳以上  
受診するべきか迷ったときは こども  
こちらへ  
近隣市町の協力医についてはこちらへ

救急安心電話相談窓口 ☎ #7119 または ☎ 054-204-7119  
18時～翌朝8時(土曜日は13時から、日曜日祝休日は8時から)  
静岡こども救急電話相談 ☎ #8000 または ☎ 054-247-9910  
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。			日の出町1-15
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

協力医は変更される場合があります  
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 ホームページアドレス  
☎055-958-0119 <https://www.city.numazu.shizuoka.jp/kyouryokui/>

体かづくり・健康づくり教室										
教室名	期間	曜日	時間	定員	回数	参加費	対象	内容		
ボディ バランス 教室	月曜日クラス	5/12-8/18	月	10:00~11:30	30人	10回	5,000円	18歳以上の人	筋力・体幹・バランスス トレーニング	
	水曜日クラス	5/14-7/16	水	14:30~15:45	30人					
トレーニングスタート教室	5/13-7/15	火	15:00~16:30	10人	10回	5,000円	18歳以上の人	トレーニング室でマシン トレーニング		
親子体力 づくり 教室	4・5・6歳 クラス	5/13-7/15	火	15:30~16:30	30組	10回	親子1組 5,000円	4~6歳の子とその保護者	マット、跳び箱、ボールな どを活用した運動	
	3歳クラス	5/15-7/17	木	10:00~11:00	30組				3歳の子とその保護者	親子体操、リズム運動など
	父子ふれあい クラス	5/17-8/ 2	土	10:00~11:00	30組				4~6歳の子とその保護者	親子体操、リズム運動など
コンディショニング教室	5/13-7/15	火	19:00~20:30	25人	10回	5,000円	18歳以上の人	正しい姿勢のためのスト レッチ、筋トレなど		
脚力アップ教室	5/14-7/16	水	13:00~14:15	30人	10回	5,000円	60歳以上の人	ウォーキングやバランスス トレーニングなど		
健康体操教室	5/15-7/17	木	13:30~15:00	40人	10回	5,000円	60歳以上の人	ストレッチ・筋力トレー ニング・リズム運動など		
ロコモ 予防教室	木曜日クラス	5/15-7/17	木	13:30~15:00	40人	10回	5,000円	50歳以上の人	腰痛・膝痛予防のためのス トレッチ、筋トレなど	
	金曜日クラス	5/16-8/ 1	金	13:30~14:45	30人					
小学生体育教室	5/15-7/17	木	17:00~18:00	30人	10回	5,000円	運動が苦手な小学校1・ 2年生	跳び箱・鉄棒・マット運動・ 走り方		
軽スポーツ教室	5/15-7/17	木	19:00~20:30	20人	10回	5,000円	18歳以上の人	ソフトバレー・パドミント ンなど		
女性フィットネス教室	5/16-8/22	金	19:00~20:30	30人	10回	5,000円	18歳以上の女性	ストレッチポールなどを用 いたフィットネス		

スポーツ教室										
教室名	期間	曜日	時間	定員	回数	参加費	対象	内容		
空手道教室(糸東流興譲館)	5/12-8/18	月	18:30~20:00	20人	10回	5,000円	小学生以上の初心者	基本動作、作法、形		
居合道教室	5/13-7/15	火	19:30~21:00	40人	10回	3,000円	中学生以上の人	基本動作、礼法、帯刀など		
女性弓道 教室 (週2回)	未経験クラス 初心者クラス	5/13-7/17	火・木	10:00~11:30	10人	20回	5,000円	中学生以上の女性 (未経験者) 中学生以上の女性 (初心者~三段)	基本動作、的射、作法	
					15人					
弓道教室 (週2回)	未経験クラス 初心者クラス	5/13-7/18	火・金	18:30~20:30	10人	20回	6,000円	中学生以上の人 (未経験者) 中学生以上の人 (初心者~参段)	基本動作、的射、作法	
					15人					
剣道教室(週2回)	5/13-7/18	火 金	18:15~19:15 18:15~20:30	40人	20回	5,000円	小学生以上の人	基本動作、竹刀稽古、作法		
柔道教室(週2回)	5/13-7/29	火・金	18:30~20:00	20人	23回	6,900円	5歳以上の初心者	受け身、乱取り、作法など		
ソフト テニス 教室	初級 中級	5/14-7/16	水	18:15~19:15 19:15~21:00	15人	10回	3,500円 4,000円	小学校3年生~中学校 1年生 中学生以上の人	基本技術、ルール、ゲーム、 マナー	
					20人					
ジュニアパドミントン教室 (初級)	5/15-7/17	木	17:00~18:15 18:20~19:35 19:40~21:00	15人	10回	5,000円	小学生の初級者	上達を目指す人向けの基本 技術練習、ルール、ゲーム、 マナーなど		
ジュニアパドミントン教室 (中級)				15人			小学生の中級者 (経験1年以上)			
パドミントン教室				30人			高校生以上の初級者			
卓球教室	5/15-7/17	木	18:30~20:30	24人 30人	10回	5,000円	小学校3年生~中学生 高校生以上の人	基本技術、ルール、ゲーム、 マナー		
テニス教室	5/16-8/ 8	金	18:30~19:30 19:40~21:00	15人	10回	4,000円	5歳~小学生の初心者	基本技術、ルール、ゲーム、 マナー		
				15人		5,000円	中学生以上の初心者			
レディース パドミントン教室	5/16-8/15	金	9:30~11:30	25人	10回	5,000円	18歳以上の女性	基本技術、ルール、ゲーム、 マナー		
合気道教室	5/25-7/27	日	9:30~11:30	20人	10回	5,000円	中学生以上の人	基本技、捌き、受身の修得		
フェンシング教室	5/24-9/ 6	土	18:00~20:30	40人	8回	4,000円	小学校2年生~中学生	基本技術、ゲームなど		



## Numazu Photo Stock & Viewer

ぬまづフォトストック&ビューア



海、山、川が揃った沼津が魅せる豊かな表情は、住む人、訪れる人を楽しませています。  
そんな沼津の魅力をテーマに一般募集した写真を市ホームページ「ぬまづフォトストック&ビューア」にて公開しています。沼津の魅力あふれる力作をぜひご覧ください！  
皆さんからの写真投稿もお待ちしております！



広報ぬまづ 2025年4月1日号 No.1733 <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。

©NUMAZU City Office

がいこくごぼん  
こうほうぬまづ  
はこちら



沼津市の住民基本台帳人口(3月1日現在) 人口 18万5,274人 男性 9万1,394人 女性 9万3,880人 世帯数 9万4,059世帯