

令和6年(2024年)

9
月号



静岡気分

広報しずおか No. 390

発行/静岡市 編集/広報課
〒420-8602 静岡市葵区追手町5-1
<https://www.city.shizuoka.lg.jp/>
●困ったときは…静岡市コールセンター
☎054-200-4894(平日8:00～20:00、
土日祝日・年末年始8:00～17:00)



運動で体力をつけよう!
自分のペースでコツコツと



栄養バランスを意識した
食事をしよう!
お弁当を持参しています

健康づくりは
1人ひとりが
主役!



家族で取り組み、
やる気アップ!



日頃の運動の成果をチェック



AIを使って
姿勢を解析

イベントに参加して
こまめに健康状態を
確認しよう!



専門家のアドバイスを受けています



9月は 健康増進普及月間 です

運動、食事、タバコなどの生活習慣を見直すことが、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中などの予防につながります。まずは、自分の生活習慣を見直し、周りの人も誘って、みんなで健康づくりに取り組んでみませんか。

健康寿命をのばそう! 1に運動 2に食事 しっかり禁煙 良い睡眠

運動

★ 今より+10分からだを動かそう!

- エレベーターより階段を使いましょう。
- 家事をして、こまめにからだを動かしたり、テレビを見ながらストレッチをしたりしましょう。



食事

★ 毎日+1皿の野菜で食生活を見直そう!

- 野菜は加熱したり、汁物に加えたりして多く摂る工夫を。
- 汁物は1日1杯。麺類の汁は残し、香辛料や酢、減塩調味料を利用しておいしく減塩しましょう。



禁煙

★ 禁煙にチャレンジしよう!
★ 受動喫煙をなくそう!



- タバコ(加熱式タバコ含む)の煙には、約250種類の有害物質が含まれています。特に、妊婦や子どもの受動喫煙は大変危険です。この機会に禁煙にチャレンジしてみませんか?
※受動喫煙、禁煙に関する相談は、健康づくり推進課へ

睡眠

★ 適正な睡眠時間を確保しよう!
★ 睡眠休養感を高めよう!

- 個人差や年齢(子ども・成人・高齢者)をふまえた適正な睡眠時間をとりましょう。
- 生活習慣や睡眠環境を整えることで、睡眠休養感(睡眠でしっかりと休めている感覚)を高めましょう。

特定健診

★ 早期発見・早期治療が大切です!
★ 定期的な受診で、生活習慣病を予防しましょう!

特定健診や特定保健指導は、客観的に健康状態を確認でき、生活習慣を見直すきっかけになります。歯科健診も年1回以上、忘れずに受けましょう。



◀詳しくは、「健診まるわかりガイド」をご覧ください



健康づくりイベントを利用しよう!



健康増進に関する
パネル展示

時 9/3(火)～26(木)
※最終日は14:00まで
所 市役所静岡庁舎1階、清水庁舎1階
内 市民の健康状況について
※当日、直接会場へ(無料)

血管年齢と
野菜摂取状況の測定

時 9/19(木)、10:00～12:00、14:00～17:00
(1回30分)
所 ウェルネスパーク静岡(静岡伊勢丹7階)
人 各回8人(無料) ※ペースメーカー使用中の人は、測定をご遠慮ください。
申 電話で、市コールセンター☎200-4894へ[9/6(金)～・申込順]

「元気静岡マイレージ」に取り組もう!

健診の受診や運動など、健康づくりにチャレンジしてプレゼントをゲットしよう! 詳しくは、HPをご覧ください。



健康寿命を延伸するためには、生活習慣改善の重要性について市民の皆さんに理解を深めていただくことが大切です。私も庁舎内では積極的に階段を利用し、休日は登山やテニスをして、楽しくからだを動かしています。皆さんも自分にあった健康づくりの目標を決めて、無理なく楽しく実践してください。



静岡市長 難波喬司

- 防災特集 / 新型コロナワクチン接種 ほか 02～03
- 令和7年4月入園募集要項の配布 / 秋の園芸市 ほか 04～05
- 生涯学習施設のイベント / 専門家の無料相談 ほか 06～07
- お知らせ ほか 08～11

問合せ 健康づくり推進課☎221-1376

お詫び

広報しずおか「静岡気分」8月号について、市民の皆さまへのお届けが遅れ、ご迷惑をおかけいたしました。深くお詫び申し上げます。

防災情報

- 防災情報ポータルサイト
災害時に、市が発信する避難や気象などに関する情報を確認できます。



- 防災メール
空メールを送信し登録すると、緊急情報などが送信されます。



- 市LINE公式アカウント
トップページの「静岡市の防災情報」から、市内の緊急情報などを確認できます。



- 同報無線
放送内容を市HPや電話で、確認できます。
☎054-269-5656
(通話料がかかります)



〈問合せ〉危機管理課☎221-1243

防災特集

9月1日は防災の日です。災害が発生したときに落ち着いて行動するためには、自分のやるべきことや想定される被害を事前に確認しておくことが大切です。日頃から家族や地域のひと話し合い、いざという時のために備えましょう。

問合せ 危機管理課 ☎221-1241
各区地域総務課
葵 区 ☎221-1343
駿河区 ☎287-8683
清水区 ☎354-2024

身の周りに潜むリスクと避難先を確認

● 静岡市防災情報マップ

市内で想定される土砂災害や地震の揺れやすさ、災害時の避難先などをスマホやパソコンで確認でき、日頃から災害に備えるためのサイトです。



情報の収集方法を確認

災害時に重要となるのが「情報」です。市では、メールやSNSなどを使って皆さんに情報をお伝えします。状況を正確に把握するために、ご活用ください。



- 防災情報ポータルサイト
- 防災メール
- 市LINE公式アカウント
- 同報無線、電話案内サービス

※確認方法は、表紙下部をご覧ください。

感震ブレーカーを設置しましょう！

揺れを感知すると自動的にブレーカーを落とし、電気を遮断し、通電火災を防ぐ感震ブレーカー設置の助成をしています。

詳しくは、危機管理課へお問い合わせください。



災害時協力井戸の登録にご協力ください！

災害時に生活用水(トイレ、洗濯、掃除などに使用する水)を確保するため、井戸水を提供できる方を募集しています。登録していただいた災害時協力井戸は、HPや静岡市防災情報マップでも公開しています。

また、災害時協力井戸への登録を条件に、ポンプ(井戸の新設や使える状態にするのに必要なポンプ)購入費の一部を助成しています。ぜひ、積極的な登録をお願いします。



大規模災害時、けが人・病人はまず救護所へ

問合せ 保健衛生医療課 ☎221-1332

～ 災害時には、地域の医療機関・クリニックは閉鎖されます～



災害時、地域の医療機関の医師や看護師などは、救護所での医療活動に従事するため、地域の医療機関・クリニックは閉鎖されます。けがや病気をした人は、お近くの救護所で応急的な手当てを受けてください。

● 救護所はどこにあるの？

市内の小・中学校などに開設されます。詳しくは、市HPをご覧ください。



● どんな手当てが受けられるの？

体の状態確認(トリアージ)を行い、応急処置をします。手術が必要な重症者などは、市立病院などの救護病院で対応します。

看護師資格をお持ちの人は医療活動にご協力ください

災害時の救護所では、自宅や交通網の被災により、活動できる看護師が不足することが見込まれます。一人でも多くの命を救うため、看護師資格を持つ人の力が必要になります。自主防災組織の役員などに、自分が地域に住む看護師であることを伝え、訓練や災害時の活動への積極的な参加をお願いします。

看護師です！



災害看護研修を開催します

- 時 10/19(土)、15:00～17:00
- 所 県看護協会
- 内 災害時の看護師の役割・応急処置方法について学ぶ
- 人 市内に住む看護師資格を持つ看護職の人20人(無料)
- 申 電話で、県看護協会 ☎202-1760 へ[9/1(日)～・申込順]

「災害ごみ」の出し方

問合せ ごみ減量推進課 ☎221-1075

～ 市民の皆さんのご協力をお願いします～

「災害ごみ」とは、地震による建物等の崩壊や、台風・洪水の浸水等により、使用できなくなった家財などのことをいいます。「災害ごみ」を円滑に処理するため、以下の点にご協力ください。

● 市の案内があるまで ごみ出しを控える

大きな災害がおきた場合、3日程度は家庭ごみの収集を停止することも想定されます。収集体制が整い次第、生ごみ・紙おむつ・携帯トイレ(便袋)等の可燃ごみから順次収集を開始します。また、畳や家具などの大型ごみ、ガラスや電化製品などの不燃ごみは、戸別収集や仮置場へのごみ出しなど、災害の規模や被害状況に応じて対応しますので、市からの案内をお待ちください。※HPや同報無線、その他多くの方法での案内を予定しています。

● 災害ごみを出す場合は分別する

臨時ごみ集積所や仮置場へごみを出すときは、分別して出してください。その後の処理が円滑となり、早期復旧・復興につながります。



▲分別して置かれた状態

日頃からの備えが大事！

不要なものは通常ごみに出したり、リサイクルショップなどで処分しておきましょう。また、家具や電化製品は転倒防止金具で固定し倒れにくくすることで、災害時の破損を防止できます。

救急医療を上手に使いましょう！ 問合せ 保健衛生医療課 ☎221-1332

休日や夜間の急な病気やけがで困ったときに、ご活用ください。

市では、急な病気やけがに備えて、症状や緊急度に応じた医療機関を設け、市民の皆さんの暮らしの安心を支えています。

● 当日の当番医・当番病院 ▶ 次の3つで確認

- 医療情報ネット「ナビ」HP
- 「ナビ」の電話案内サービス ☎0570-000-692 (自動音声24時間:有料)
- 一部の新聞朝刊



▲「ナビ」HP



● こどもの急病時 ▶ 静岡こども救急電話相談

プッシュ回線 #8000 か ☎247-9910 【相談時間】毎日24時間
看護師や小児科医が電話でアドバイスします。救急医療機関を受診する前に、ご利用ください。 ※相談時間が変更になる場合があります。県HPをご覧ください。

● 静岡市急病センター ☎261-1111

夜間、急病者の応急処置を行います。
【診療時間】 19:00～22:00(年中無休)
【診療科目】 内科、小児科、外科

● 救急歯科センター ☎249-1199

休日の口の中のトラブルに対応します。
【診療日】 日・祝・年末年始(12/29～1/3)
【受付時間】 9:00～15:30

※各施設、医療機関を受診する際は、健康保険証・各種医療受給者証・現在服用している薬がお薬手帳をお持ちください。

身近な「かかりつけ医」を持ちましょう

病歴など、健康状態を把握しているため、的確な治療が受けられ、必要に応じて適切な医療機関を紹介してくれる、心強い存在です。

できるだけ昼間の診療時間内に受診しましょう

休日や夜間に診療する医療機関は緊急性が高い患者を受け入れるためのもので、限られた医療スタッフで診療しています。体の調子がおかしいと感じたら、昼間の受診を心がけましょう。



救急での受診を迷う時には…「静岡市救急受診ガイド」を活用してください

9/9は救急の日

救急車の適正利用をお願いします！

問 救急課 ☎280-0199

市の令和5年の救急出動件数は、過去最高の3万9,873件！

1日平均109件

約12分に1件の割合で出動

救急車や救急医療は限りある資源です。必要とする人が必要とする時に迅速に対応できるよう、適正利用にご協力ください。

◆マイナ救急実証事業実施中◆ 8/23(金)～約2か月間

救急搬送の円滑化・迅速化のため、マイナ保険証を活用した実証事業を実施しています。マイナ保険証の携帯に、ご協力ください。

【効果】 救急隊員への説明負担軽減
搬送先の病院を円滑に選定



新型コロナワクチン 定期接種が始まります

接種期間 10/1(火) ～ 来年3/31(月)

接種対象 接種日時点で静岡市に住民登録があり、
①か②に該当する人

- ① 満65歳以上の人
- ② 満60～64歳で、心臓、腎臓もしくは呼吸器機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害を持つ人

接種費用 自己負担あり(低所得世帯等については、費用の一部または全部公費負担予定)

- ◆市から接種券の送付はありません。
- ◆接種の予約は、直接各医療機関へお願いします。

※上記、定期接種の対象ではない人は、任意で接種することができます(全額自己負担)。

最新の情報は、市HPを
ご確認ください。



問合せ 感染症対策課 ☎249-3152

9月は「アルツハイマー月間」!



1994年に国際アルツハイマー病協会(ADI)は、世界保健機構(WHO)と共同で毎年9/21を「世界アルツハイマーデー」と制定しました。また9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、認知症の啓発を実施しています。

認知症ケア推進センター
「かけこまち七間町」☎204-1541
開館時間 9:00～18:00
休業日 水・木曜日、祝休日
(土日とも開館しています)

かけこまち七間町では、認知症の人や家族への総合的な支援を行っています。

◆介護・福祉等の専門職に、認知症の相談ができます!
「認知症介護の訪問レッスン」もご利用ください。

認知症に関する
困りごとの相談対応や
脳の健康度を知ったり
認知症に関する勉強も
できます。



◆タブレットで簡単に脳の健康度を確認できます。
身体の状態チェックもできます。

◆VR機器を使って認知症の疑似体験ができます。
認知症の人の見え方・感じ方の体験を通して、認知症の
理解や、認知症の人への対応などについて考えます。

●認知症VR体験会を実施します! (時)9/23(休)・終日

知って、語って、ともに歩もう 認知症!

～認知症について、みんなで考えてみませんか～

9月だけの特別イベント

申込方法などは、お問い合わせ
いただくかHPをご覧ください。

とき	内容
3(火)・午前	初心者&75歳以上のための音楽プログラム
6(金)・午後	認知機能を高めるピース講座
20(金)・午後	口元からはじめる認知症予防
21(土)・午後	プラモデル健康講座
28(日)・終日	認知症のことも知ってる子になれちゃう! 講座
29(日)・午前	MCIや認知症本人と家族のつどい【第1弾】



S型デイサービスに参加しませんか?

S型デイサービスは、遊びや簡単な体操、
レクリエーションなどを通して、高齢者の心身機
能の維持向上を図る集いの場です。あなたも、
近くの会場へ足を運んでみませんか?

Q.いつどこでやっていますか?

毎月2回、2時間程度公民館や自治
会館で行っています。
各会場や開催日などはこちら▶



Q.料金はいくらですか?

無料ですが、実費負担の場合があります。

Q.私も参加できますか?

会場まで自力で行ける65歳以上の人なら、
どなたでも参加できます。

まずはお電話ください!

問合せ 市社会福祉協議会(各区地域福祉推進センター)

●葵区 ☎249-3183 ●駿河区 ☎280-6150 ●清水区 ☎371-0292

担当 地域包括ケア・誰もが活躍推進本部 ☎221-1203



ボランティア募集中!

S型デイサービスは、
地域のボランティアで運営
しています。一緒に運営に参加
してみたい人、大歓迎です。
お気軽に、お問い合わせ
ください。

9/10(火)～16(祝)は 悩んでいるあなたへ 自殺予防週間です 大切な人を支えたいあなたへ

問合せ 精神保健福祉課 ☎249-3179

ひとりで悩まず相談してください

悩みや不安を抱えてい
たら、身近な家族や友人な
どに相談しましょう。相談
できる人がいないときや、
相談しづらいとき、具体的
なアドバイスがほしいときは、行政や
民間の相談窓口を活用してください。

身近な人の悩みや
異変に気づいたら...

声をかけ、話を
聴いて、専門の相談
窓口につないでください。

市自殺対策HP(しずここネット)
では、様々な悩みに応じた相談
窓口を紹介しています。



▲しずここネット

..... 生きる!を支える総合相談会を開催中

市では、複雑で困難な問題を抱える人に対し、弁護士・社会保
険労務士・カウンセラーによる相談会を開催しています。

時 来年3月までの原則第4水曜日、18:30～19:30 ※10月除く

所 パルシェ7階 人 各1組(無料) ※家族同伴可

申 電話で、日本産業カウンセラー協会 ☎254-5151(平日9:00～
16:30)へ[申込順]



▲「生きる!を支える」
みんなの隊長 いきるん

対象

市内に住む
おおむね
65歳以上の人

新たな介護予防事業がスタート!

問合せ

地域包括ケア・誰もが活躍推進本部
☎221-1572

市は、民間事業者と「成果連動型民間委託方式」を用いた新たな介護予防事業を開始します。
趣味にちなんだ魅力ある介護予防プログラムを実施し、地域と連携しながら参加者自身が
予防に取り組むきっかけ作りや継続的な社会参加の支援を行います。
今秋には、趣味の連続講座も開始予定ですので、お楽しみに!

9月開催イベント

※写真は、イメージです。

無料

※イベント内容など詳しくは、
市HPをご覧ください。



しずおか まちなかウォーキング

期間中、何度も参加可能なウォーキン
グイベントです。お出かけのきっかけや
市の魅力の再発見に。参加者には、ミニ
プレゼントのほか、参加回数に応じて抽
選で景品がもらえるチャンスも。

時 9/10(火)～11/29(金)、9:00～17:00受付
(水曜除く)

※当日、直接MIRAIエリオンへ

しずおか おでかけフェスタ

ステージイベント、連続講座の体験会など
健康と趣味をテーマにした体験イベントが満
載です。

時 9/21(土)、10:30～16:00

所 MIRAIエリオンほか、七間町名店街内

〈予約のいないイベント〉 ハンドケア、ピラティス
等趣味の講座体験、ハンドドリッブコーヒーの振
まい、健康計測、商店街と連携した催しなど

〈予約優先のイベント〉 宝塚歌劇団
OGによる発声レッスン、姿勢改善エ
グスキュー体験、スペシャルティコー
ヒー講座体験

申 申込フォームからどう
ぞ。電話での申込みは、
地域包括ケア・誰もが活
躍推進本部へ[申込順]



▲申込
フォーム

令和7年4月入園

認定こども園・保育所・幼稚園等

入園募集要項を希望する園等で配布します

施設の一覧など詳しくは、市HPや窓口で配布する募集要項等をご覧ください。



市HP
窓口配布

● 認定こども園、保育所、小規模・事業所内保育施設…「施設一覧表」
〈配布場所〉各区子育て支援課窓口等

● 幼稚園…「しずおか子育てハンドブック」
〈配布場所〉各区子育て支援課窓口、市内の保健福祉センター・子育て支援センター等

問合せ 幼保支援課 ☎354-2630



認定区分



認定こども園・保育所・小規模保育施設等に入園を希望する場合には、各施設への利用申込みとは別に、子どもの年齢と保育の必要性に応じた認定の申請が必要です。
※2号、3号の認定を受けるには、**保育を必要とする事由**に該当することが必要です。

認定区分	対象年齢	利用の時間・形態	利用できる施設
1号	満3歳以上	4時間程度(教育標準時間)	認定こども園
2号	満3歳以上	保育標準時間(最長11時間)	認定こども園・保育所
3号	満3歳未満	または保育短時間(最長8時間)	認定こども園・保育所・小規模保育施設など

保育を必要とする事由▶保護者のいずれもが、①～⑧のいずれかに該当し、子どもを家庭で保育できない場合、2号または3号の認定となり、認定こども園・保育所等を利用することができます。
①月60時間以上の就労(フルタイムのほか、パートタイム、居宅内の労働など、基本的にすべての就労を含む) ②妊娠・出産 ③保護者の疾病・障がい
④同居または長期入院等している親族の常時介護・看護
⑤災害復旧 ⑥求職活動(起業準備を含む)
⑦就学(職業訓練校等における職業訓練を含む) ⑧虐待・DV防止

募集要項配布と申込受付期間

募集要項は、9/17(火)から配布します。

◎認定こども園・保育所・小規模保育施設等

施設種別	要項配布・申込受付場所	申込受付
私立認定こども園	希望する園	10/1(火)～園指定日 ▶園指定日は、希望する園に確認
市立認定こども園		10/1(火)～7月)
私立認定こども園	第1希望の園 または 各区子育て支援課	第一次選考:10/1(火)～31(木) ▶第1希望の園か各区子育て支援課へどうぞ ※
市立認定こども園		
私立保育所、小規模保育施設等		

※面接の日程上、なるべく10/15(火)までに提出してください。10/31(木)を過ぎても申込みできますが、各園の状況によっては、第一次選考で定員枠に達する場合があります。

◎幼稚園

施設種別	要項配布・申込受付場所	申込受付
私立幼稚園	希望する園	10/1(火)～園指定日 ▶園指定日は、希望園に確認

※静岡大学教育学部附属幼稚園の一次募集の申込受付は8/20(火)、21(水)です。

障がい児等・医療的ケア児の受入れ

市立こども園と私立園では、集団での保育を受けることが可能であり、障がいや発達に気になるところがある満3歳以上の子どもについて、受け入れ可能な範囲で入園を受け付けます(市立こども園の受け入れは、各園年齢ごと、1号認定▶園児数のおおむね15%、2号認定▶園児数のおおむね10%)。
また、市立こども園では、集団保育が可能な医療的ケア児の入園も受け付けます。第1希望の園に相談のうえ、医療的ケア児(1・2・3号認定)・障がい児等(1号認定)は10/7(月)、障がい児等(2号認定)は10/11(金)までにお申し込みください。
私立園については、早めに各園にお問い合わせください。

幼稚園・保育所・認定こども園などの利用の無償化

新規に「利用の無償化」を受けるためには、申請が必要です。

幼稚園、保育所、認定こども園等

- ★3～5歳の利用が無償
- ★0～2歳の第2子以降の利用が無償
- ★住民税非課税世帯の0～2歳の利用が無償(幼稚園は、月額2万5,700円まで無償)

認可外保育施設等(保育の必要性の認定を受けた場合)

- ★3～5歳は、月額3万7,000円まで無償
- ★住民税非課税世帯の0～2歳は、月額4万2,000円まで無償

4月から市独自で開始 詳しくはこちら▶



- ★住民税課税世帯の第2子以降の0～2歳は、月額1万9,000円まで軽減

幼稚園・認定こども園の預かり保育(保育の必要性の認定を受けた場合)

- ★3～5歳は、月額1万1,300円まで無償
- ★住民税非課税世帯の満3歳は、月額1万6,300円まで無償

手続きなどは、こちらを見てね▶



就学前の障がい児発達支援

- ★3～5歳の利用が無償
- ★0～2歳の第2子以降の児童で、一定の要件を満たす場合は無償

問合せ

無償化全般 幼保支援課 ☎354-2626

障がい児の発達支援(入所について) 児童相談所 ☎275-2871

障がい児の発達支援(通所について) 障害者支援推進課 ☎221-1098

10月から児童手当が制度改正(拡充)されます

改正点

- 所得制限の撤廃
- 支給対象児童を中学生年代までから高校生年代までに延長
- 第3子以降の支給額の増額(月額3万円)
- 第1子、第2子、第3子の考え方の変更
- 支給回数が年3回から年6回(偶数月)に変更

※申請が必要な可能性がある人(市が確認できる人に限る)には、8月末から順次、市から案内を発送 限 一次締切▶10/31(木)必着

問合せ 児童手当制度改正事務局 ☎354-2370

担当:子ども家庭課 ☎354-2649

初回支給(10～11月分)は12月の予定です。

詳しくは、市HPをご覧ください▶



児童扶養手当のお知らせ

7～8月分の児童扶養手当を9/11(水)に振り込みます。現況届が未提出の人など、支給が決定していない人には振り込みできません(一部支給停止適用除外事由届出書が未提出の人は、支給額の2分の1が支給停止になる場合あり)。

問合せ 各区子育て支援課(葵 ☎221-1093 駿河 ☎202-5815 清水 ☎354-2120)、蒲原出張所 ☎385-7790

保育のしごと出張相談会

※当日、直接会場へ(無料)。託児なし。子ども連れ可

とき	ところ	内容
9/11(水) 13:30	駿河区役所3階	就職相談、保育施設PR、
9/25(水) 15:30	市役所清水庁舎3階	保育職のためのミニセミナー

問合せ しずおか保育士・保育所支援センター ☎271-2110 担当:幼保支援課 ☎354-2622

保育の仕事を探している人、保育の仕事に興味のある人、ぜひお越しください。

詳しくは、こちら▶



くふうハヤテベンチャーズ静岡

2024年度シーズン最終戦!!



9/27(金)、28(土)、29(日) 12:30 プレイボール
ちゅ〜るスタジアム清水 vs. 阪神タイガース

28(土)、29(日)は、来場者に球団グッズをプレゼント!
高校生によるパフォーマンスシアや演奏等のイベントも開催します!

HAYATE

チケットについてなど詳しくは、球団HPをご覧ください。

スポーツ交流課 問合せ ☎221-1605

静岡開幕

Resona Group B.LEAGUE 2024-25

10/26(土)27(日)
静岡市中央体育館
ベルテックス静岡 VS 熊本ヴォルターズ

VELTEX SHIZUOKA

2024-25 SEASON

ホームゲーム(会場/中央体育館)

と	き	対戦相手
10/26(土)	16:00	熊本ヴォルターズ
10/27(日)	15:00	熊本ヴォルターズ
11/16(土)	16:00	ライジングゼファー
11/17(日)	15:00	フクオカ
11/30(土)	16:00	富山グラウジーズ
12/1(日)	15:00	富山グラウジーズ

※試合開始時間変更の場合あり

チケットの購入は、
こちら▶

ベルティ

ホームゲームにペアでご招待!

上記6試合のいずれかを
無料で観戦できるチャンス!

各試合50組100人(多数抽選)
9/16(祝) 申込みは、LINEから▶

問合せ
VELTEXスポーツエンタープライズ
☎294-7507
☎スポーツ交流課☎221-1072

大道芸 DAIDOGEI

WORLD CUP in SHIZUOKA

2024 プレミアムステージ

11/1(金)、2(土)、3(祝)、4(休)
11:00 ~、18:00 ~ (4(休)は、17:30 ~)

会場/静岡市民文化会館

昨年の様子

世界で活躍中の一流アーティストが集まりお届けする、豪華なステージショーをゆっくり座ってお楽しみいただけます。

チケット
9月下旬から、イープラス、ファミリーマートで発売
指定席▶3,000円 ※小学生以下・65歳以上の、障害者手帳を持っている人と介助者1人は2,500円
※未就学児は膝上鑑賞の場合のみ無料
自由席▶1,000円

※チケットの最新情報は、HPをご確認ください▶

問合せ/大道芸ワールドカップ実行委員会
☎205-9840(平日10:00 ~ 18:00)

秋の園芸市

10/5(土)、6(日) 清水日本平運動公園多目的広場
9:00 ~ 16:00
※当日、直接会場へ。荒天中止。

当日開催可否は、市コールセンター☎200-4894へ 問 緑地政策課☎221-1249

☎電話で、市コールセンターへ[9/5(木) ~ ・申込順]

緑化講習会

5(土) 秋を飾る華やかな寄せ植えづくり 時 11:30 ~ 12:30 講 青島 功氏(丸小園芸代表) 人 30人 費 2,500円

6(日) 秋を飾る華やかな寄せ植えづくり 時 13:00 ~ 14:00 講 天野美咲氏(rella blue主宰) 人 30人 費 3,000円

5(土) 秋を飾る華やかな寄せ植えづくり 時 14:30 ~ 15:30 講 設楽和男氏(興農園代表) 人 30人 費 2,500円

6(日) 秋を飾る華やかな寄せ植えづくり 時 12:00 ~ 13:30 講 深沢和典氏(深沢種苗園芸代表) 人 30人 費 3,000円

その他のイベント

5(土) 日本平ネーチャートレッキング 時 9:30 ~ 12:00 ※小雨決行 人 20人(無料)

6(日) 秋のオープンガーデン巡り 時 9:00 ~ 12:00、13:00 ~ 16:00 人 各20人 費 各500円

抽選で200人にクリスマスローズの鉢植えプレゼント!
会場で、当選通知と引き換えます(当選者にのみ9月末までに通知)。
☎ハガキで、緑地政策課(〒420-8602)へ[9/17(火)必着・氏名・住所・電話番号も記入・1世帯1枚・多数抽選] ※市HP申込可

ほかに楽しいイベントいっぱい! 詳しくは、チラシ・HPで確認してね▶

しず花ひめ▶

※チラシは緑地政策課(静岡庁舎7階)、各市立図書館、各生涯学習施設、市HPなどにあります。

▲HP

秋の夜を彩る 中勘助文学記念館

秋の夜長に光で彩られた中勘助文学記念館で、どっぴりと文学に親しみ、贅沢な時間をお過ごしください。施設のライトアップも同時開催します!

小泉八雲没後120年

怪談朗読 耳なし芳一

時 10/26(土)、17:30 ~ 19:00
内 出演▶堤腰和奈(朗読家)
協力▶焼津小泉八雲記念館

秋の夜長に倫しむ古典芸能
田辺鶴遊 講談会 中勘助物語

時 11/1(金)、18:00 ~ 19:00
内 服織を愛した中勘助の生涯を振り返る

各30人(無料) 各申込フォームからどうぞ[9/2(月) ~ 23(休)・多数抽選]

YouTubeチャンネルで、朗読と講談の様子を生配信します。予約不要・無料でご覧いただけます。遠方で参加が難しい人などは、ぜひオンラインでご覧ください。

光が織り成す 中勘助文学記念館

オリジナルの竹灯籠やスポットライトでライトアップ。昼間とは違う中勘助文学記念館をぜひお楽しみください。期間中、来館者各日先着20人に和菓子と日本茶も提供します。

時 10/26(土) ~ 11/4(休)、17:00 ~ 19:00
※当日、直接会場へ(無料)。10/28(月)は休館。10/26(土)、11/1(金)は一部観覧に制限あり

問合せ: 静岡市文化振興財団☎255-4746

QuizKnock と巡る江戸東京博物館展

10/5(土) ~ 12/15(日)、9:00 ~ 18:00
※展示室入場は閉館30分前まで

江戸東京博物館が所蔵する貴重な資料と、東大発の知識集団QuizKnockの案内で、駿府の人びとの暮らしにも大きな影響を与え続けた江戸文化の実像に迫ります。

家康のまち駿府・江戸 ~ “都市”の暮らしと文化 ~
家康によってつくられた2つの「都市」の暮らし・文化、違いや共通点に迫ります。

時 10/14(祝)、13:30 ~ 16:30 所 静岡市民文化会館
講 中村羊一郎(同館名誉館長)、大石学(同館館長) 人 800人(無料)
申 HPからどうぞ[9/7(土)、10:00 ~ ・申込順]
※9/13(金)、10:00からは電話でも申込可

問合せ: 静岡市歴史博物館☎204-1005

生涯学習センター・交流館

HPはこちら

●葵区●駿河区●清水区

●しずおか産直!おいしいものパネル展
時 9/7(土)～21(土) ※葵は22祝まで
所 葵・北部・葦科・大里生涯学習センター、北部生涯学習センター美和分館
内 地元の農産物をテーマごとに紹介
※当日、直接会場へ(無料)。詳しくは、HPをご覧ください。

葵 区

葵生涯学習センター ☎246-6191
〒420-0865 東草深町3-18(アイセル21)

●学習支援人材養成講座
時 10/13(日)、11/17(日)、12/15(日)の10:00～12:00、来年1/26(日)、2/9(日)の9:30～12:00(全5回)
人 18歳以上の人10人(無料)
申 HPが往復ハガキ[9/13(金)必着・志望動機も記入・多数選考]

西部生涯学習センター ☎255-3960
〒420-0068 田町三丁目46-5

●苔のテラリウムづくり&リペア講座
時 10/2(水)、16(水)、11/20(水)の13:30～15:30(全3回)
人 18歳以上の人12人 費 4,500円
申 HPが往復ハガキ[9/8(日)必着・年齢も記入・1枚1人・多数抽選]

東部生涯学習センター ☎263-0338
〒420-0803 千代田七丁目8-15

●季節を彩るハーバリウム ～秋の植物編～
時 10/5(土)、10:00～12:00
人 20人 費 3,000円
申 HPが往復ハガキ[9/14(土)必着・1枚1人・多数抽選]

北部生涯学習センター ☎271-5111
〒420-0871 昭府二丁目14-1

●ドラマがもっと楽しくなる日常韓国語
時 10/11(金)、18(金)、25(金)の10:30～12:00(全3回)
人 18歳以上の人14人 費 1,000円
申 HPが電話[9/13(金)、10:00～・申込順]

西奈生涯学習センター ☎265-2468
〒420-0911 瀬名二丁目32-43(リンク西奈)

●働く女子のハッピー温活レッスン
時 10/17(木)、11/14(木)、12/12(木)の19:00～21:00(全3回)
内 食と運動を通して身体を温める方法を学ぶ
人 18歳以上の女性8人 費 1,500円
申 HPが往復ハガキ[9/30(月)必着・1枚1人・多数抽選]

葦科生涯学習センター ☎278-4141
〒421-1217 羽鳥本町5-9

●スマホサポーター養成講座
時 10/25(金)の10:00～11:00、11/8(金)、15(金)、12/13(金)、20(金)、来年1/10(金)、17(金)の9:30～12:00(全7回) 人 8人(無料)
申 HPが往復ハガキ[10/4(金)必着・多数抽選]

北部生涯学習センター 美和分館 ☎296-7122
〒421-2113 安倍口団地5-1(アカデ美和)

●ポッチャをみんなで楽しもう!
時 10/20(日)、10:00～12:00
人 障がいのある人と付添者12組(無料)
申 HPが往復ハガキ[9/23(休)必着・1枚1組・多数抽選]

駿 河 区

南部生涯学習センター ☎281-2184
〒422-8074 南八幡町25-21

●子どもの生きる力を育てる
時 10/3(木)、17(木)、31(木)、11/14(木)、28(木)の10:00～11:30(全5回)
人 3歳～小学3年生の子の保護者20人 ※託児あり(要予約) 費 1,000円
申 HPが往復ハガキ[9/12(木)必着・子の年齢(学年)、託児希望も記入・1枚1人・多数抽選]

長田生涯学習センター ☎257-0780
〒421-0137 寺田131-1

●ストレッチでつくる しなやかボディ
時 10/8(火)、15(火)、22(火)、29(火)の10:00～11:30(全4回)
人 女性12人 費 1,500円
申 HPからどうぞ[9/16(祝)まで・多数抽選]

大里生涯学習センター ☎283-1698
〒422-8051 中野新田57-5

●カルタで巡る大里探訪
時 10/26(土)、11/17(日)の10:00～12:00、12/15(日)、来年2/15(土)の9:00～12:00(全4回)
人 15人 費 750円(副読本を持っている人は無料)
申 HPが往復ハガキ[9/23(休)必着・1枚1人・多数抽選]

清 水 区

●つながりを育む対話力
時 10/5(土)、10:00～11:30
所 興津生涯学習交流館
人 18歳以上の人30人 費 200円
申 電話が直接、興津生涯学習交流館 ☎369-1111か小島生涯学習交流館 ☎393-2053か両河内生涯学習交流館 ☎395-2311へ[9/6(金)、10:30～・申込順]

有度生涯学習交流館 ☎345-4886
〒424-0884 草薙一里山3-1

●備えて安心!在宅避難のススメ
時 10/1(火)、10:00～11:30 人 30人(無料)
申 電話が窓口[9/9(月)、10:00～・申込順]

辻生涯学習交流館 ☎364-0234
〒424-0807 宮代町5-75

●食生活サポート講座
時 10/29(火)、10:00～11:30
人 40～74歳の人かその家族15人(無料)
申 電話[9/27(金)、9:30～・申込順]

江尻生涯学習交流館 ☎367-3321
〒424-0812 小芝町3-35

●家族も地域も役立つ 介護支援
時 10/24(木)、31(木)、11/7(木)の10:00～11:30(全3回) 人 20人(無料)
申 電話が窓口[9/26(木)、10:00～・申込順]

入江生涯学習交流館 ☎363-2802
〒424-0831 入江三丁目8-12

●ベビーマッサージと親子体操
時 10/9(水)、10:00～11:30
人 1歳以下の子と保護者10組 費 1組400円
申 電話が窓口[9/18(水)、10:00～・申込順]

岡生涯学習交流館 ☎354-1350
〒424-0836 桜が丘町7-1

●パッチワークでぶどうのブローチ作り
時 10/15(火)、22(火)の13:30～15:30(全2回)
人 10人 費 1,000円
申 電話が窓口[9/17(火)、10:00～・申込順]

船越生涯学習交流館 ☎351-3121
〒424-0866 船越三丁目12-74

●『平家物語』の屏をひらく
時 10/11(金)、18(金)、25(金)の10:00～11:30(全3回) 人 50人 費 300円
申 電話が窓口[9/10(火)、9:30～・申込順]

清水生涯学習交流館 ☎352-7755
〒424-0921 松井町7-22

●ござん刺しのブローチ作り
時 10/23(水)、30(水)の9:30～11:30(全2回)
人 裁縫ができる人15人 費 1,000円
申 電話が窓口[9/17(火)、9:30～・申込順]

三保生涯学習交流館 ☎334-2230
〒424-0908 三保松原町39-5

●それからの徳川 ～二代・三代將軍時代～
時 10/8(火)、15(火)の13:30～15:30(全2回)
人 30人 費 200円
申 電話が窓口[9/6(金)、9:30～・申込順]

庵原生涯学習交流館 ☎366-7564
〒424-0114 庵原町68-1

●電磁波を知って、安心快適生活
時 10/10(木)、13:00～15:30
人 20人 費 200円
申 電話が窓口[9/10(火)、9:30～・申込順]

興津生涯学習交流館 ☎369-1111
〒424-0205 興津本町829

●心が整う筆ペン講座
時 10/2(水)、9(水)の9:30～11:30(全2回)
人 18歳以上の15人 費 400円
申 電話[9/3(火)、11:00～・申込順]

浜田生涯学習交流館 ☎351-3030
〒424-0834 浜田町4-4

●狛犬の来た道
時 10/2(水)、13:30～15:30
内 神社などに祀られている狛犬について学ぶ
人 18歳以上の人30人 費 100円
申 電話が窓口[9/4(水)、9:30～・申込順]

駒越生涯学習交流館 ☎335-6171
〒424-0913 迎山町1-7

●子育てわくわく広場
時 10/8(火)、22(火)、11/5(火)の10:00～11:00(全3回)
内 親子でリズムあそびや工作を行う
人 4か月～未就学児と保護者10組
費 1組600円
申 電話が窓口[9/3(火)、9:30～・申込順]

折戸生涯学習交流館 ☎335-6470
〒424-0902 折戸四丁目8-60

●親子で楽しいキッズ英会話
時 10/19(土)、26(土)、11/2(土)の13:30～15:00(全3回)
人 3～6歳の未就学児と保護者10組
費 1組900円
申 電話が窓口[9/12(木)、10:30～・申込順]

高部生涯学習交流館 ☎346-0828
〒424-0008 押切1086-2

●マンガで学ぼう日本の神話
時 10/16(水)、23(水)、30(水)の9:30～11:30(全3回)
人 18歳以上の人30人 費 300円
申 電話が窓口[9/11(水)、9:30～・申込順]

袖師生涯学習交流館 ☎367-1138
〒424-0037 袖師町1092-1

●南海トラフ巨大地震に備える
時 10/17(木)、10:30～12:00
人 30人 費 100円
申 電話が窓口[9/19(木)、9:30～・申込順]

由比生涯学習交流館 ☎376-0511
〒421-3104 由比北田457-1

●プロから学ぶしずまえ料理
時 10/21(月)、9:30～11:30
内 旬のしずまえ鮮魚を使った料理を作る
人 16人 費 1,000円
申 電話が窓口[9/10(火)、9:30～・申込順]

蒲原生涯学習交流館 ☎385-4331
〒421-3211 蒲原新田一丁目21-1

●ふるさとヒストリー「朝鮮通信使」
時 10/27(日)、13:30～15:30
人 小学4年生以上の人20人(無料)
申 電話が窓口[9/28(土)、9:30～・申込順]

ハガキやFAXで申し込みの際は、上段の必要記載事項を必ず記載してください。
●多数抽選の場合、原則1人1枚です。

静岡 釜山
Shizuoka Busan

文化 交流 事業
Cultural Exchange Program

日韓文化
交流公演

～朝鮮通信使がもたらした絆～

10/19(土) 14:00～16:30 会場 / 静岡市民文化会館

江戸時代、朝鮮国王から、日本へ派遣された朝鮮通信使。彼らが旅の宿や休憩所として清水区の清見寺を利用したことなどの縁から、静岡と釜山は親交が深まりました。
本公演では、朝鮮通信使の再現劇、日韓芸能団体のパフォーマンスをお届けします!
中でも伝統舞踊や生演奏など圧巻のステージは必見です。

第1部▶朝鮮通信使文化の紹介
第2部▶日本、韓国芸能団体によるステージ公演

対象 700人 無料

申込み 電話で、市コールセンター ☎200-4894へ
[9/3(火)～・申込順]
申込みフォームからどうぞ

問合せ まちは劇場推進課 ☎221-1229

9/21(土)～30(日) 秋の全国交通安全運動

《市の年間テーマ》 問合せ▶生活安全安心課 ☎221-1058

自分自身と相手を守る交通ルールとマナーの徹底 ～人も車も自転車も～

《全国交通安全運動の重点》

1 反射材用品等の着用推進や安全な横断方法の実践等による歩行者の交通事故防止
2 夕暮れ時以降の早めのライト点灯やハイビームの活用促進と飲酒運転等の根絶
3 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遵守の徹底

●夕暮れ時と夜間の交通事故に注意!

日の入り時間が急激に早まる秋口以降は、夕暮れ時や夜間の歩行者事故が多くなります。歩行者は反射材を着用し横断歩道を渡るなどして、自分の身を守りましょう。ドライバーは早めにライトを点け、ハイビームを正しく活用して、歩行者の安全確保に努めましょう。

●市内交通事故発生状況

令和5年中の交通事故件数は、令和4年を109件下回る3,470件でした。今年1～5月には、1,348件発生し、前年同期間と比べて77件減少しています。

ゆとりを持った行動を心がけ、交通事故に遭わない、発生させないよう、一人ひとりが気をつけましょう。

しずおか特産品まつり

秋の市

9/28(土) 29(日)

10:00~16:00

青葉シンボルロード

※当日、直接会場へ。荒天中止

漆器や蒔絵、下駄など静岡市自慢の工芸品が一堂に会します。職人による直売で、使い方やお手入れの方法なども詳しく聞くことができます。

◆駿河漆器 卵殻張り体験 (無料)

受付▶15:30まで(1回30分程度)

※1人1個。なくなり次第終了

問 静岡特産工業協会 ☎281-2999

担 産業振興課 ☎281-2100

駿河湾フェリーで行く!

西伊豆町

堂ヶ島 夕映えの花火

10/3(木)~7(日) 17:45~

会場 堂ヶ島公園

※当日、直接会場へ(無料)。荒天中止

夕暮れをバックに打ち上げられる花火は、美しく幻想的です。10分間に1,800発の花火を5日間連続で打ち上げます。ぜひ、お越しください。

問 西伊豆町観光協会 ☎0558-52-1268

担 観光政策課 ☎221-1438

静岡市民文化会館 ☎251-3751

静岡フィルハーモニー管弦楽団

特別演奏会 10/27(日) 15:00~17:00

hizuoka Philharmonic Orchestra

~ 静フィル・静岡市民文化会館改修前ファイナル ~

曲目▶ピアノ協奏曲第1番
ホ短調作品5(エルンスト・フォン・ドホナーニ)、交響曲 第3番「オルガン付き」(サン＝サーンス)

費 全自由2,000円

※未就学児入場不可

★県内の小中高生100人無料招待あり

申込方法など詳しくは、こちら▶

指揮
しのぶきやすお
篠崎靖男

オルガニスト
おおきまさし
大木麻理

ピアニスト
やすみあかし
安並貴史

シュペルト国際コンクール
優勝

みほしるべ

☎340-2100

年中無休

企画展「富士を仰ぐ天女の灯台」

※当日、直接会場へ(無料)

9/14(土)~11/10(日)、9:00~16:30

三保松原は、「羽衣の松」周辺だけではなく、三保半島の沿岸約5kmもの広範囲に及び、各地点からはそれぞれ趣の異なる風景を味わうことができます。

今回は、三保松原の一角にあり、富士山の眺望とともに愛され、令和4年には国の重要文化財に指定された清水灯台とその周辺のエリアについて、写真などで紹介します。

関連イベント

三保松原ガイドウォーク ~ 羽衣の松から清水灯台まで

「羽衣の松」周辺から清水灯台まで、説明を聞きながら歩きます。清水灯台では、内部の見学も行います。 ※雨天時、室内講義と企画展見学

時 10/20(日)、10:00~12:00

人 小学4年生以上でハシゴの昇降ができる人20人(無料)

申 電話で、市コールセンター ☎200-4894へ[9/11(水)~10/3(木)・多数抽選] ※HP申込可

詳しくはこちら▶

移動図書館巡回日程

10月~ 来年3月

市立図書館のカードで貸し出します。各館の資料の貸出・返却もできます。読書相談、調べもの相談なども、お気軽にどうぞ。

問合せ
中央図書館
☎247-6711

会 場	時 間	曜 日	10月	11月	12月	1月	2月	3月
柳新田団地集会所	10:00~11:00	火	8	5	3	7	4	11
中藁科小学校	14:45~15:45		22	19	17	21	25	25
中島団地公民館	10:00~11:00		1	12	10	14	4	
戸斗前公園	14:00~14:45		15	26	24	28	18	18
向敷地公民館	15:15~16:00		29					
足久保住宅団地公民館	10:00~11:00	水	9	6	4	8	5	5
古庄公民館	13:50~14:40		23	20	18	22	19	19
軍神社	15:15~16:00							
国吉田公民館	10:00~11:00		2	13	11	15	12	12
田町小学校	14:45~15:45		16	27	25	29	26	26
上土団地東千代田集会所	10:00~11:00	木	10	7	5	9	6	6
敷地公民館	14:00~14:45		24	21	19	23	20	27
JA静岡市高松支店	15:15~16:00							
池田公民館	10:00~11:00		3	14	12	16	13	
西平松町内会広場	14:15~14:45		17	28	26	30	27	13
久能小学校	15:00~15:50	金	11	8	6	10	7	7
大正寺(大谷)	10:00~11:00		25	22	20	24	21	21
ベイドリーム清水	14:30~15:30							

図書館カードを作るには

運転免許証、健康保険証など氏名・生年月日・住所がわかる証明書をお持ちください。

運休について

市内で大規模な災害が発生した場合や警報が出た場合は運休します。詳しくは、市立図書館HPなどをご覧ください。

移動図書館に積まれていない資料を利用したい場合は、予約ができます。 ※HP申込可

9月 専門家の無料相談			
区を問わず利用できます。問合せは、各市民相談室へ			
●葵区役所1階(静岡庁舎新館)☎221-1053			
●駿河区役所3階☎287-8698			
●清水区役所4階(清水庁舎)☎354-2036			
※通常は面談が基本ですが、電話相談になる場合があります。予約制でないものも、事前に電話が市HPで確認してください。			
相談名	区	とき(祝休日除く)	
交通事故相談	葵	3(火)、17(火)	9:00~17:15
	駿河	10(火)、24(火)	9:00~17:15
	清水	毎週月・水・金曜	8:30~17:15
	清水	17(火)	13:30~15:30
	葵	2(月)	13:00~16:00
不動産取引相談	葵	10(火)、11(水)、25(水)	13:00~16:00
	駿河	6(金)、17(火)	13:00~16:00
	清水	12(木)、24(火)、26(木)	13:30~15:30
	葵	5(木)、19(木)	13:00~16:00
	駿河	11(水)	13:00~16:00
土地家屋調査士相談	清水	17(火)	10:00~12:00
	葵	3(火)、17(火)	13:00~16:00
	清水	3(火)	13:30~15:30
	葵	24(火)	13:00~16:00
	駿河	13:00~16:00	
住宅相談	葵	毎週金曜	13:30~15:30
	駿河	毎週木曜	13:30~15:30
	清水	毎週水曜	13:30~15:30
	葵	2(月)	13:00~16:00
	駿河	20(金)	13:00~16:00
公証人相談	葵	9(月)	13:00~16:00
	駿河	25(水)	13:30~15:00
	清水	20(金)	13:30~15:30
	葵	10(火)	10:00~12:00
	清水	10(火)	10:00~12:00

9月 健康・生活に関する無料相談			
相談名	とき(祝休日除く)	ところ(問合せ)	
0歳児の育児相談	4(水)	各保健福祉センター	長田(☎259-5112)
	6(金)		大里(☎288-1111)
	9(月)		城東(☎249-3180) 東部(☎261-3311)
	13(金)		蒲原(☎385-5670)
	20(金)		南部(☎285-8111)
	25(火)		北部(☎271-5131) 藁科(☎277-6712)
禁煙相談	2(月)	保健所(健康づくり推進課☎221-1376・予約制)	清水(☎348-7711)
	14:00~16:00		※本人以外・19歳以下の人も可。別日対応も可
リハビリ・介護相談	毎週月~金曜	地域リハビリテーション推進センター(☎249-3182・予約制)	※理学療法士・作業療法士が対応
	8:30~17:15		
健康や医療に関する電話相談	9:00~12:00、13:00~16:00	ほっとはあと(☎209-0311)	※面談希望の場合は要予約
	18(水)		来・て・こ(商業労政課☎354-2430)
職場のメンタルヘルス相談	18:00~21:00	来・て・こ(商業労政課☎354-2430・予約制)	※17(火)までに要予約
	①11(水)②18(水)③25(水)		①清水テルサ②ベガサート③来・て・こ
労働相談	18:00~21:00	ラベック静岡(静岡地域若者サポートステーション☎351-7555)	
	17(火)		
若者と家族の就労相談	13:30~16:30	女性会館(男女共同参画・人権政策課☎221-1349)	※居場所・交流スペースです。
	17(火)		
女性のためのほっとスペースふらり	毎週火・水・木・金曜	女性会館(アイセル21)	(☎248-1234)
	9:00~13:00、14:00~17:00		※女性相談員対応。希望や必要に応じて面接相談を行います。
	(木曜の午前は11:00まで)		
	毎週土曜 9:00~13:00		(☎248-1234・予約制) ※女性弁護士対応
	7(土)、19(木)、14:00~17:00		(☎248-7330・予約制 2(月)、12:30~)
セクシュアリティに関する相談	18(水)、20(金)、21(土)	女性会館(男女共同参画・人権政策課☎221-1349)	※おおむね40代以下の女性対象。HP申込可
	10:30~11:20、13:30~14:20		
男性電話相談	21(土)	メンズほっとライン静岡(☎274-0105) ※男性相談員対応	
	10:00~13:00		
精神保健相談	①電話▶14(土)、14:00~17:00	保健所(葵区障害者支援課☎221-1589)	
	②交流会▶22(水)、13:30~16:00		
酒害相談	3(火)、13:30~15:45	各区障害者支援課	駿河(☎287-8690)
	17(火)、13:30~15:45		清水(☎354-2168)
聴覚障がい者相談	25(水)、14:00~16:15	保健所(精神保健福祉課☎249-3174・予約制)	
	27(金)、13:30~15:45		
保護司相談	24(火)	清水庁舎(障害福祉企画課☎221-1198・FAX221-1494) ※17(火)までに要予約	
	13:00~16:30		
	11(水)、13:00~15:00	葵区市民相談室(サポートセンター葵☎209-0170)	
	毎週火曜 10:00~12:00		はーとびあ清水(清水区保護司会☎366-3932)

★印の講座・イベントは、各施設のHPをご覧ください。

健康ひろば

各保健福祉センター・各区健康支援課の講座・教室です。このほかに、妊婦向け教室などを開催しています。詳しくは、市HPをご覧ください。

◆歯みがきスタート教室

時 ①10/7(月)②17(木)③23(水)④30(水)、10:00～11:00

所 各保健福祉センター①南部②葦科③東部④清水

内 むし歯予防を学び、仕上げみがきを体験
人 8か月～1歳2か月頃の子と保育者各20組程度(無料)

申 申込フォームからどうぞ[9/9(月)～申込順]
問 口腔保健支援センター ☎249-3175

◆食生活サポート講座

時 ①10/18(金)②31(木)、10:00～11:30

所 ①城東保健福祉センター②大里生涯学習センター

内 高血圧予防編

人 74歳以下の人各10人程度(無料)

申 電話で、各区健康支援課 ①葵区 ☎249-3196②駿河区 ☎285-8377へ[9/6(金)～申込順]

ふれあい健康増進館 ゆ・ら・ら

〒420-0905 葵区南沼上1379-1 ☎263-3456

◆ブレママ・パパ講座

時 9/15(日)、11:00～12:00

内 妊娠中の栄養、気を付けたい食品、ミルクの準備について学ぶ

人 これからママ・パパになる人32人

費 500円

申 往復ハガキ [9/7(土)必着・生年月日も記入・多数抽選] ※HP申込可

★モルック・グラウンドゴルフ大会

★トレーニングルーム無料体験会

★アクティブストレスン

★ゆらら健康まつり

清水ナショナルトレーニングセンター J-STEP

〒424-0105 清水区山切1487-1 ☎371-9000

◆十五夜ナイトヨガ

時 9/17(火)、19:00～20:00

人 15歳以上の人70人程度(中学生除く) 費 500円

申 窓口 [9/2(月)～申込順] ※HP申込可

★トレーニングジム無料体験

★グリーンフィットネス

健康文化交流館 来・て・こ

〒422-8021 駿河区小鹿二丁目25-45 ☎202-4300

◆食べて動いて温活キレイ女子に!

時 10/12(土)、11/2(土)の10:00～12:00、11/30(土)の10:00～13:00(全3回)

内 冷え解消のためのエクササイズ、温活を取り入れた調理実習

人 20～40代の女性10人

費 2,000円

申 HPからどうぞ[9/8(日)まで・多数抽選]

◆10月開講 フィットネス講座

講座名		とき	会費
入門ジャズダンス	各全10回	月・夜間	各3,500円
筋膜コンディショニング		水・午後	
入門ヨガ		木・午後	
ヨガ		金・夜間	
初級エアロ		木・夜間	
中級エアロ	全22回	土・午前	7,000円
中級エアロ(6か月)		水・夜間	
イキイキ健康ヨガ	全5回	月・午後	1,500円

人 19歳以上の健康な人各20人

申 往復ハガキ[9/7(土)必着・年齢も記入・多数抽選] ※HP申込可

◆10月開講 シニア向け教室

教室名		とき	対象
① はしめ	実用パソコン	月・午後 第2、4木午前	6人
② ての	ポッチャ		10人
③ すこやか体操	各全12回	第2、4木午後	18人
④ 声のワークショップ		第1、3金午後	20人
⑤ 自分史アルバム講座		第2、4金午前	10人

人 市内に住む60歳以上の人 ※要入館者カード(本人確認書類提示で無料作成)。

③は、医師から運動制限を受けていない人

費 ①2,000円②③各1,000円④500円

⑤3,000円

申 電話[①9/9(月)③12(木)、13:30～、②5(木)

⑤13(金)、10:00～、④13(金)、14:00～ 申込順]

★月末セルフケア ～ツボとお灸～

★親子防災! 生き抜く技術を身に付けよう

★産後ママのための骨盤底筋トレーニング

★10月開講 パソコン講座

★初心者対象パソコン相談室 ほか

駿府城ラン・アンド・リフレッシュステーション R&R

〒420-0856 葵区駿府町2-80

問 市スポーツ協会 ☎654-5151

◆ランナーズヨガ教室

時 9/25(水)、19:00～20:00

※雨天時、中央体育館

人 18歳以上の人15人(高校生除く)

費 500円

申 HPからどうぞ [9/13(金)、12:00～ 申込順]

★シニアくらくウォーキング教室

★シニアのためのストレッチ & ヨガ教室

★シニアのための筋トレ & ウォーキング教室

★初心者ジョギング教室

清水蛇塚スポーツグラウンド

〒424-0916 清水区蛇塚30-5 ☎336-3015

◆遊びながら上手に体を動かそう!

時 10/9(水)、16(水)、23(水)の10:00～11:00(全3回) 講 きのいい羊達

人 1歳6か月以上(4/2時点)の未就園児と保護者15組程度(1組2人)

費 1組2,000円 ※1回のみ参加は1組800円

申 HPからどうぞ [9/20(金)、17:00まで・多数抽選]

★防災サバイバル

★Let's try! わんぱくラグビー教室

★芝生の上で夕暮れヨガ

有度山総合公園運動施設

〒422-8021 駿河区小鹿1883-4 ☎264-2722

◆三幸CUPグラウンドゴルフ大会

時 9/21(土)、9:00～12:45

費 500円

申 窓口か電話[9/1(日)～]

★テニスワンポイントレッスン

清水長崎新田スポーツ広場

〒424-0064 清水区長崎新田207 ☎344-3055

◆金曜ピラティス教室

時 9/6～11/29の金曜日、①9:40～10:40②11:00～12:00(各全10回)

人 18歳以上の人各25人 ※①は女性のみ

費 各5,500円

問 申込方法などは、お問い合わせください。

★木曜うんどう遊び教室

静岡市立体育館

※詳しくは、市スポーツ協会HPをご覧ください。

◆長田体育館

〒421-0133 駿河区鎌田574-1 ☎257-3411

<ふれあいスポーツday in 長田体育館>

時 9/14(土)、13:00～16:00

内 ネオホッケー体験、キッズ広場、ストラックアウト、バドミントンチャレンジ、体験教室

持 体育館シューズ ※当日、直接会場へ(無料)

★ダンスエクササイズ

◆中央体育館

〒420-0856 葵区駿府町2-80 ☎255-1010 <ふれあいスポーツday in 中央体育館>

時 9/16(祝)、9:30～12:30

内 ストラックアウト、フリースロー、卓球、キッズ広場、ヨガ・アクアビクス等の体験教室

持 体育館シューズ、水着、水泳帽

※当日、直接会場へ(無料)

★親子プール

◆北部体育館

〒420-0941 葵区松富四丁目14-1 ☎255-6262

<かけっこ教室>

時 9/19(木)、26(木)、10/17(木)、24(木)の16:30～17:30(全4回)

人 小学1～3年生20人

費 3,000円

申 窓口 [9/9(月)～・会費持参・申込順]

★おやこふれあい

静岡音楽館 AOI

〒420-0851 葵区黒金町1-9 ☎251-2200

問 申込方法などは、お問い合わせください。

※未就学児入場不可

◆「静岡の名手たち」コンサート

時 9/14(土)、18:00～20:20

内 「静岡の名手たち」オーディションで合格した静岡ゆかりの音楽家によるコンサート

費 全自由1,800円、22歳以下1,000円

◆シューマンの午後

時 9/21(土)、14:00～16:40

内 シューマンのピアノ曲、歌曲、アンサンブル曲を奏する贅沢なコンサート

出演 ▶カルテット・インテグラ(弦楽四重奏)、北村朋幹(ピアノ)、大西宇宙(バリトン)

費 全指定5,000円、22歳以下1,000円

静岡科学館 る・く・る

〒422-8067 駿河区南町14-25 ☎284-6960

※無料・要入館料。詳しくは、HPをご覧ください。

◆予約がいらない催し

<オトナ楽しむカガクカン 音>

時 9/28(土)、17:15～19:30(最終入館19:00)

人 18歳以上の人 ※18歳未満の同伴不可

※当日、直接会場へ

★めばえのかかく こおりのじっけん

★サイエンスショー 光と色のふしぎ ほか

◆予約が必要な催し

人 各30人 ※小学5年生以上におすすめ

申 HPからどうぞ[各申込期限まで・多数抽選]

<知覚のイリュージョン!? 認知脳科学最前線>

時 9/29(日)、13:00～15:00

講 下條信輔氏(カリフォルニア工科大学教授)

限 9/11(水)

<ミクロな世界の不思議な形! 放散虫>

時 10/20(日)、13:00～15:00

講 松岡篤氏(新潟大学特命教授)

限 10/2(水)

★オトナときめくサイエンス 染物の科学

★モコモコの結晶をつくってみよう!

資源循環体験プラザ しずもーる西ケ谷

〒421-2116 葵区西ケ谷553-2 ☎294-7451

10/5(土)、6(日)は、臨時休館します。また、9/20(金)～10/29(火)は、内湯・足湯とも定期点検のため、温泉を休止します。

◆子ども服リユースマーケット

時 10/13(日)、10:00～14:00

内 こども服(100～120cm)・靴・服飾雑貨を1人10点以内で譲渡

人 市内に住む18歳以上の人60人(無料)

※申込者(原則1家族1人)のみ参加可

申 HPからどうぞ[9/21(土)～10/1(火)・多数抽選]

◆フリマ出店者募集(20区画)

しずもーる祭りに合わせて開催するフリーマーケット出店者を募集します。

時 10/20(日)、9:00～12:00 ※雨天中止

内 家庭内不用品(衣料品、日用品、雑貨等)

※食料品、危険物出品不可 人 20人(無料)

申 HPからどうぞ[9/12(木)～26(木)・多数抽選]

★ガラスモザイクで小物を作ろう

★ビーズアクセサリー講座 おすすめキット

★ガラスで作る勾玉ペンダント

★パッチワークキルトでピンクッション作り

★ウッドバーニングで絵を描こう! ほか

女性会館(アイセル21)

〒420-0865 葵区東草深町3-18 ☎248-7330

申 電話かHP [9/2(月)、10:00～・申込順]

◆後悔しないための離婚の法律知識

時 9/25(水)、9:45～11:45

内 女性弁護士が手続きに関する法律知識をわかりやすく解説

人 女性20人(無料) ※託児あり(1歳～未就園児・要HP予約)

◆女性と介護 住み慣れた家で最期まで?

時 10/5(土)、13:00～15:00

内 『家で死ぬということ ひとり暮らしの親を看取るまで』の著者、石川結貴氏(いしかわゆうき)の話を聞く

人 女性30人(無料)

★赤ちゃんと一緒に 産後ヨガ

北部勤労者福祉センター ラベック静岡

〒420-0064 葵区本通七丁目11-9 ☎251-2315

問 申込方法などは、HPをご覧ください。いただくか、お問い合わせください。

◆10～12月 フィットネス講座

講座名	とき	講座名	とき
ヨガ	月～土	ダイエット向け運動	月～木
ピラティス	火・木		
シニア向け体操	月～金	フラダンス	火・金
ストレッチ体操	火～土	ダンス・ズンバ	木～土
エアロビクス	月～金		

◆10～12月 ママベビ・キッズ講座

講座名	とき	講座名	とき
サイン&マッサージ	ねんね はいはい 火・午前	親子音楽クラブ	2～3歳 4～5歳 土・午前
親子3B体操	ねんね はいはい あんよ 火・午後 第2、4火・午前	親子3B体操 土曜 あんよ	第2、4土・午前
親子ヨガ	0～1歳 2歳～ 月・午前	親子ダンス	4～6歳 土・午前
親子フラダンス	未就園児 火・午前	キッズバレエ	小学生 火・午後 水・午後

★10～12月 カレッジ講座

★新NISAではじめる資産運用

★フィットネスレッスン会(体験会)

★子育て支援講座

★渋沢栄一と静岡の足跡を探る ほか

東部勤労者福祉センター 清水テルサ

〒424-0823 清水区島崎町223 ☎355-3111

◆エスパルス選手も食べてる健康メシ

時 10/14(祝)、11:00～13:00

内 ヘルシーなワンプレート料理を専門家から学んで食べる

人 19歳以上の人30人 費 3,000円

申 HPからどうぞ[9/10(火)、10:00～・申込順]

問 清水テルサフィットネス ☎355-3113

◆翅に学ぶ 内から輝く腸活のすすめ

時 11/9(土)、14:30～16:30

講 辻村円氏(麺料理教室「円居」主宰)

人 18歳以上の人60人程度

費 3,850円(お茶、発酵あんこのお菓子付き)

申 HPからどうぞ[9/10(火)～・申込順]

★秋から始める投資のいろは 新NISA制度

★10月フィットネス1か月講座

★健康相談Day

★マタニティピラティス

★10月実施日商PC検定

ハガキ・FAXなどで申込みの際は、必ず次の事項を記載してください。 <必要記載事項>…●催事名 ●住所 ●全員の氏名(ふりがな) ●電話番号 ●返信用あて名(往復ハガキの場合)

賤機都市山村 交流センター **安倍ごころ**

〒421-2106 葵区牛妻2352 ☎294-2501

◆簡単そば打ち教室

時 10/6(日)、15:00～17:00、20(日)、13:30～15:30

人 18歳以上の人各12人

費 各2,000円

申 電話か窓口[9/10(火)～・申込順]

◆サンデーマーケット

時 10/13(日)、10:00～15:30 ※荒天中止

内 ワークショップ、ハンドメイド雑貨販売、キッチンカーなど ※当日、直接会場へ

★ハロウィンミニタルト作り

由比本陣公園

〒421-3103 清水区由比297-1

問 東海道由比宿交流館 ☎375-5166

◆さて、クイズです。

由比本陣公園、東海道由比宿交流館、由比本陣記念館「御幸亭」に関するクイズに挑戦！正解数に応じて景品をプレゼント！

時 9/15(日)、10:00～15:00 ※当日、直接会場へ(無料・御幸亭は要入館料)

◆御幸亭 お抹茶DAY

時 9/15(日)、10:00～15:30

費 350円(入館料別途)

※当日、直接会場へ。菓子が無くなり次第終了

地域リハビリテーション推進センター (リハ・パークしずおか)

〒420-0846 葵区城東町24-1 ☎249-3182

申 電話[各申込開始日～・申込順]

◆おうちで介護予防体操しませんか

自宅にいながら、オンラインで体操教室を受講する方法を説明します。体操教室は、説明会後約1週間で開始できます。

時 ①10/8(火)②10(木)③11(金)、10:00～11:30

所 ①MIRAIEリアン②来・て・こ③清水テルサ

人 スマホやタブレット等を持参できる65歳以上の人各15人(無料)

※申込開始日▶9/6(金)

◆骨盤力を高めましょう

時 10/17(木)、13:30～15:30

所 東部生涯学習センター

内 排泄の基礎知識や失禁の予防法について体験を通して学ぶ 人 16人(無料)

※申込開始日▶9/5(木)

★暮らしの中の転倒予防

★機能訓練になるレクリエーションの工夫

南アルプスユネ スコエコパーク **井川自然の家**

〒428-0504 葵区井川3055-1 ☎260-2761

※会費などは、市HPをご覧ください。

申 市HPからどうぞ[9/21(土)まで・多数抽選]

◆トムソーヤ・あきのにここにキャンプ

井川で秋の自然を存分に感じ、宿泊体験やネイチャークラフトを楽しもう！

時 10/19(土)～20(日)(1泊2日・4食付き)

人 小学1～3年生50人程度

◆井川 de ヒストリーハイク & つる細工体験

時 11/9(土)～10(日)(1泊2日・4食付き)

内 井川湖渡船、井川本村ガイドハイクなど

人 3km程度歩ける人10人程度(学生除く)

静岡市立図書館

◆清水中央図書館

〒424-0839 清水区入江岡町15-23 ☎354-1331

<初心者向け古文書入門講座>

時 9/24～11/19の毎週火曜日、13:30～15:30(10/15除く・全8回)

人 36人(無料)

※公共交通機関をご利用ください。

申 電話か窓口[9/2(月)～・申込順]

◆南部図書館

〒422-8074 駿河区南八幡町3-1 ☎288-2151

<南部ひびきの会 朗読会>

時 9/28(土)、13:00～15:30

内 江戸川乱歩『人でなしの恋』、吉村昭『雪の花』ほか

人 100人 ※当日、直接会場へ(無料・先着順)

◆西奈図書館

〒420-0911 葵区瀬名二丁目32-43 ☎265-2556

<夜のとしょかんおはなし会>

時 9/28(土)、18:00～18:45

内 閉館後の図書館で行うブックトーク、パネルシアター、読み聞かせなどのおはなし会

人 30人(無料) ※小学生以下保護者同伴

申 電話か窓口[9/11(水)～・申込順]

◆中央図書館

〒420-0884 葵区大岩本町29-1 ☎247-6711

<古文書解読基礎講座>

時 10/10～12/5の毎週木曜日、

13:30～15:30(全9回)

人 40人(無料)

申 申込フォームが電話または窓口[9/3(火)～・申込順]

静岡 シチズン カ レ ッ ジ **こ・こ・に**

住民から一歩踏み出して、市民として積極的にまちづくりに関わってみませんか。

◆ゼロから始める生成 AI 講座

時 10/11(金)、25(金)、11/8(金)、22(金)の19:00～21:00(全4回)

所 BIZFLIGHT(ペガサート地下1階)

内 事務系職業におすすめの、生成AIの活用例などを学ぶ

人 勤務経験があり、市内に住むか

通勤し、ノートパソコンを持参できる人20人

費 2,000円

申 市HPからどうぞ[9/2(月)～24(火)まで・多数

抽選]

問 生涯学習推進課 ☎221-1207

◆求職者のための介護職員初任者研修講座

時 11/15(金)～12/23(月)の平日、おおむね9:00～16:30(全18回)

※全過程修了で資格取得可

所 ヤマムラビル追手町11階

人 介護職への就職・転職を考えている人24人(無料・要テキスト代)

※詳しくは、商業労政課(清水庁舎5階)、各区総合案内、各生涯学習施設等にあるチラシが市HPをご覧ください。

申 市HPからどうぞ[9/6(金)～27(金)まで・面接選考あり]

問 商業労政課 ☎354-2430

ス ポ ー ツ

※医師に運動を止められている人はご遠慮ください。

清水総合運動場体育館 **チャレンジなわとび**

時 9/8(日)、9:00～11:30(受付11:00まで)

持 体育館シューズ、なわとび(貸出あり)、チャレンジなわとび合格证(持っている人)

※当日、直接会場へ(無料)

問 スポーツ振興課 ☎221-1038

スポーツ指導者 **スキルアップ講習会**

時 ①10/2(水)②10(木)③18(金)④25(金)⑤31(木)⑥11/6(水)、19:00～20:45

所 北部体育館

内 ①スポーツ心理学②筋力トレーニング③スポーツ栄養・食事学④ストレッチ

⑤スポーツ運動学⑥応急処置

人 16歳以上の人①③⑤各40人

②④⑥各50人(無料)

申 HPが電話で、市スポーツ協会 ☎654-5151

へ[9/9(月)、9:00～・申込順]

清水清見潟公園スポーツセンター **アクア & HIIT教室**

時 9/14(土)、21(土)、19:00～20:00

内 水中で高強度インターバルトレーニング(HIIT)とアクアピクスを行う

人 15歳以上の人各30人 費 各800円

持 水着、水泳帽 ※当日、直接会場へ(先着順)

問 清水清見潟公園スポーツセンター ☎367-9780

清水日本平運動公園庭球場 **テニスの日イベント**

時 9/15(日)、10:00～15:00

人 中学生以下の子と家族(無料)

※申込方法など詳しくは、市テニス協会 ☎278-3261(千代テニスクラブ内)のHPをご覧ください。

西ケ谷総合運動場 小学生対象 **パーソナル水泳教室**

時 10/26(土)、11/2(土)、9(土)①13:05～13:55

②14:10～14:50

内 主にクロール(息継ぎまで)をマンツーマンで指導

人 ①小学4～6年生②小学1～3年生各日2人 費 各日2,000円

申 電話で、西ケ谷総合運動場 ☎296-1900 へ[9/25(水)、10:00～・申込順]

イベント・講座

小・中学校で臨時の先生をしてみませんか 説明会開催

勤務条件や最新の教育事情、臨時の先生の一日の仕事について解説します。

時 9/21(土)、9:00～11:00

所 市役所清水庁舎3階

人 教育職員免許状を所有(来年度取得予定含む)し、現在、市立小・中学校に勤めていない人(無料)

持 教育職員免許状、更新講習修了確認証明書(いずれも持参しなくても可)

申 申込フォームからどうぞ

問 教職員課 ☎354-2508

人事労務管理から始める **デジタル化**

時 10/9(水)、14:00～16:00

所 ①アイセル21②オンライン

※アーカイブ配信あり

内 企業の課題解決につながる手法を紹介

人 市内中小企業の経営者・人事担当者・デジタル化担当者①②各50人(無料)

申 申込フォームからどうぞ[9/2(月)～・申込順]

問 男女共同参画・人権政策課 ☎221-1349

講演会「京都国立近代美術館 **写真コレクションの魅力**

時 10/19(土)、14:00～15:30(開場13:30)

所 静岡市美術館

内 「写真をめぐる100年のものがたり」(会期▶10/4(金)～11/17(日))の出品作品の中心である京都国立近代美術館の写真コレクションの特徴やみどころを紹介

講 牧口千夏氏(京都国立近代美術館主任研究員) 人 70人(無料)

申 往復ハガキで、静岡市美術館(〒420-0852 葵区紺屋町17-1 ☎273-1515)へ[10/3(水)必着・年齢も記入・1枚4人まで・多数抽選]

※HP申込可

エンバーソン邸コンサート **～ 笛とギターの調べ ～**

時 10/26(土)、14:00～16:00

所 旧エンバーソン住宅 ※日本平動物園駐車場利用可(有料)

内 出演▶竹弦囃子:愛川聡(ギター)、山田路子(篠笛・能管) 人 20人(無料)

申 電話で、市コールセンター ☎200-4894 へ[9/19(木)～・申込順]

問 文化財課 ☎221-1066

マリナート **舞台芸術公開講座**

時 9/22(祝)、10/26(土)、11/9(土)、12/7(土)の14:00～15:00(全4回)

内 「女性を演じる」をテーマに、文楽、日本舞踊、能の各分野で演じられてきた「女らしさ」の特徴と魅力、その表現について学ぶ

講 永井聡子(総論)、豊松清十郎(文楽)、花柳源九郎(日本舞踊)、観世喜正(能)

人 50人(無料) ※1回のみ参加可

問 申込方法などは、マリナート ☎353-8885 へ

駿府九十六ヶ町 町名碑めぐりと **講演会「駿府と渋沢栄一」**

時 9/29(日)、9:00～12:00 ※市役所静岡庁舎新館1階集合、アイワビル解散

人 3km程度歩ける人96人

費 1,000円(お土産付き)

申 電話で、市コールセンター ☎200-4894 へ[9/10(火)～・申込順]

問 文化財課 ☎221-1066

葵区魅力づくり事業 **大川地区のイベント**

問 葵区地域総務課 ☎221-1051

◆おおかわマルシェとシアターのタベ

時 10/5(土)、15:00～21:30

※雨天時6(日)

所 大川小中学校

※当日、直接会場へ。詳しくは、HPをご覧ください。

◆葵トラベラー大川編 そばの花見まつり

時 10/13(日)、9:30～16:30 ※駿府城跡観光バス駐車場集合解散。バス代無料

所 坂ノ上公民館ほか

内 そばの花見、地場製品の販売、名所見学、湯ノ島温泉入浴

人 40人 ※名所見学希望者は500円、入浴希望者は600円別途

申 HPからどうぞ[10/2(水)まで・多数抽選]

第6回 **もちむね向井水軍まつり**

時 10/13(日)、9:00～14:00 ※雨天時14(祝)、用宗町内会HPでお知らせ

所 清水漁協用宗支所前交差点から用宗みなと温泉前交差点までの道路

内 川原太鼓、向井水軍行列、音楽演奏、町民総踊り、用宗産しらす試食、地場産品即売など

※当日、直接会場へ。公共交通機関をご利用ください。

問 もちむね向井水軍まつり実行委員会(用宗町内会事務所内) ☎259-2144

担 駿河区地域総務課 ☎287-8682

徳川みらい学会 **第4回講演会**

時 10/25(金)、13:50～16:00

所 しずぎんホール ユーフォニア

内 ①「近世朱印寺社領の成立-家康～家光-」②「幕藩制成立期の検地と年貢-遠江・駿河の場合-」

講 ①松本和明氏(静岡大学准教授)②本多隆成氏(静岡大学名誉教授)

人 200人(無料) ※要「友の会」登録(有料)

申 電話で、徳川みらい学会 ☎284-9660 へ[9/12(木)、9:00～・申込順]

問 歴史文化課 ☎221-1085

駿府楽市

JR静岡駅アスティ静岡内

●9/12(木)～24(火) 匠の技展

●9/26(木)～10/2(水) 第30回 駿河の指物木工芸品展

ハガキやFAXで申し込みの際は、上段の必要記載事項を必ず記載してください。

イベント・講座

まちどコンサート
時 ①9/7(土)、12:20～13:00②11(水)③26(木)、12:10～12:50
所 ①清水駅前銀座商店街②JR静岡駅北口地下広場③新静岡セノバ
内 出演▶富士山静岡交響楽団(①弦楽三重奏②管弦三重奏③木管三重奏)
※当日、直接会場へ(無料)。公共交通機関をご利用ください。
問 富士山静岡交響楽団☎203-6578
担 まちは劇場推進課☎221-1229

文化財展 第2期 登呂博物館
時 9/14(土)～10/14(祝)、9:00～16:30
休館日▶月曜日、祝休日の場合は翌平日
内 市内の遺跡から発掘された出土品を中心に文化財を展示・公開
※当日、直接会場へ(無料)
問 文化財課☎221-1069

登呂博物館で みごほうき作り体験
時 9/14(土)、10:00～11:30
内 登呂遺跡で収穫した稲わらからとった「みご(わらの芯)」で、ほうきを作る
人 小学5年生以上の人10人 費 100円
申 HPか電話で、登呂博物館☎285-0476へ
[9/3(火)～10(火)・多数抽選]



Hotひといきコンサート
時 ①9/21(土)②22(祝)、19:00～19:50
所 静岡市歴史博物館
内 出演▶①咲久徠史子(パンフルート)佃恵井子(キーボード)②竹弦囃子(ギター&篠笛)
人 各110人(無料)
申 電話で、市コールセンター☎200-4894へ
[9/4(水)～・申込順]
問 静岡市文化振興財団☎255-4746

Art@東静岡(ヒロバ) 最後の企画展
時 9/28(土)～10/14(祝)、11:00～18:00
所 東静岡アート&スポーツ/ヒロバ
内 堀園美氏による個展 ※当日、直接会場へ(無料)。公共交通機関をご利用ください。
問 静岡市文化振興財団☎255-4746

わらびこ 10月の田舎そば打ち
時 10/19(土)、13:00～15:00
人 18歳以上の人10人(初めての人優先)
費 1,300円
申 往復ハガキで、わらびこ(〒421-1314葵区大原1834☎270-1501)へ[10/9(水)必着・1枚1人・多数抽選]

絵本の読み聞かせと 自然をたのしむ会
時 10/12(土)、10:30～11:30
所 中勘助文学記念館
講 わらしなわたげの会
人 小学2年生以下の子と保護者25人(無料)
申 電話で、市コールセンター☎200-4894へ[9/13(金)～・申込順]
問 静岡市文化振興財団☎255-4746



静岡市民芸発表会 参加団体募集
時 発表会▶12/7(土)、8(日)、9:30～18:00
所 静岡市民文化会館
内 踊り、ダンス、楽器演奏、歌など日頃から取り組んでいる文化活動
人 市内に住むか通勤通学している7人以上のグループ各日20組程度(無料) ※出演は1人1回まで
申 申込書を郵送か直接、静岡市民文化会館☎251-3751へ[9/25(水)必着・多数抽選]
※申込書は、同館窓口・HPなどにあります。

シニア向け就職相談 in 駿河区役所
時 9/19(木)、20(金)、10:00～15:00
人 おおむね55歳以上の人各15人(無料)
申 電話でNEXTワークしずおか☎254-2770へ[9/2(月)、9:00～・申込順]

親子で体験 南アルプスの森づくりツアー
時 10/26(土)～27(日)(1泊2日・4食付き)
※要事前学習会参加(10/6(日)、10:00～市役所静岡庁舎新館3階「茶木魚」)
所 榎島ロッジ周辺 ※JR静岡駅集合解散
内 井川地域の自然や文化の学習、自然観察やミズナラの植樹体験
人 小学生以上の子と保護者10組程度
費 1人5,500円
申 申込フォームからどうぞ[9/2(月)～10/2(水)・多数抽選]
問 環境共生課☎221-1357



女性支援にかかわる講演会 「加害者は変わるのか？」
参加者同士の交流会もあります。
時 9/14(土)、13:00～16:00
所 アイセル21
講 斉藤章佳氏(精神保健福祉士・社会福祉士)
人 女性の相談や支援に関わる人50人(無料)
申 HPからどうぞ
問 男女共同参画フォーラムしずおか☎248-7401
担 男女共同参画・人権政策課☎221-1349



女性事業者交流会を開催します
時 11/8(金)、14:00～16:30
所 アイセル21
内 女性経営者としての悩みや展望を共有し、新たな道を開ききっかけや会社運営のヒントを見つける
ゲストスピーカー▶園田正世氏(北極しろくま堂代表取締役)
人 経営者、後継者、起業挑戦者など、事業経営に関わる女性30人(無料)
申 申込フォームからどうぞ
問 しずおか焼津信用金庫☎270-8011
担 男女共同参画・人権政策課☎221-1349



婚活で 素敵な出会いを…
※対象は、独身の人に限ります。
◆ジュノール主催
所 ジュノール
申 ジュノール☎205-4122のHPからどうぞ[各申込期限まで・多数抽選]
担 青少年育成課☎354-2614



<婚活カフェ>
時 ①9/29(日)②10/12(土)、14:00～16:00
内 自己紹介・マッチング
人 ①43～52歳②26～33歳の男女各5人
費 男性各3,000円、女性各2,500円
限 ①9/13(金)②27(金)
<婚活相談会>
時 10/6(日)、10:30～16:00(1人60分)
人 20～50代の人3人
費 2,000円 限 9/20(金)
◆市主催 婚活風?異業種交流会
体を動かしながら異業種交流♪
時 10/5(土)、15:00～18:00
所 エスパルスドリームフィールド清水
内 自己紹介、名刺交換、交流イベント
講 打桐始氏(エスパルスサッカースクールコーチ)
人 市内に勤務する20～30代の男女各16人(グループでの参加可) 費 2,500円
申 市HPからどうぞ[9/24(火)まで・多数抽選]
※グループで参加の場合も各自申込みが必要です。
問 青少年育成課☎354-2614



静岡スゴ技! 工場のヒミツ展
ものづくりの現場のウラ話を紹介。出展者によるトークショーも開催!(9/14(土)、14:00～)
時 9/7(土)～10/6(日)、10:00～21:00
所 CCC-文化・クリエイティブ産業振興センター
※当日、直接会場へ(無料)
問 CCC☎205-4750

障害者就職相談会を開催します
時 9/13(金)、13:00～15:30
所 グランシップ
人 就職活動中の障がいのある人250人程度(無料)
問 申込方法などは、ハローワーク(静岡☎238-8603 清水☎351-8606)へ
担 商業労政課☎354-2430

みんなで行かざあ しぞーか おしごと愛ランド
静岡の中小企業経営者が、お仕事体験を通して子どもたちに仕事の楽しさを伝えます。
※要入場券、一部有料体験あり
時 9/16(祝)、9:30～16:00
所 ツインメッセ静岡北館
申 HPからどうぞ
問 中小企業家同友会☎253-6130
担 産業振興課☎354-2058



第52回 静岡市動物慰霊祭
9/20(金)～26(木)は動物愛護週間です。旅立っていった動物達の霊を慰めるとともに、動物愛護の気持ちを一層深めましょう。
時 9/22(祝)、14:00～15:00(開場13:30)
所 静岡市民文化会館
※当日、直接会場へ(無料)
問 動物愛護センター☎278-6409



Reまなび 大学リレー講座
「Reまなび=大人の学び。」をテーマに市内6大学の講師たちによる各大学の特色を生かした講義をお届けします。
時 9/13(金)、20(金)、10/4(金)、18(金)、11/1(金)、15(金)、18:30～20:00(全6回)
所 茶木魚(静岡庁舎新館3階)
人 80人(無料)
※申込方法などは、市HPをご覧ください。
問 生涯学習推進課☎221-1207



生涯健康サイエンスフェスティン・時代を美しく安全に生きる
所 県立大学草薙キャンパス
人 各200人(無料)
申 県立大学HPからどうぞ[9/1(日)～・申込順]
問 生涯学習推進課☎221-1207



◆ブレセッション USフォーラム
時 9/27(金)、10:00～16:00
内 県立大学の教員が昨年度取り組んだ研究について発表 口頭▶26件、ポスター▶54件
◆メインセッション
時 10/26(土)、10:20～16:00
内 運動習慣や食に関する2講演と高校生による研究発表

犬の基礎のしつけトレーニング
時 10/6(日)、10:30～11:30
所 動物愛護館
講 坂本昌代氏(ドッグトレーナー)
人 登録、狂犬病予防接種・ワクチン接種済の健康な犬と飼い主15組(無料)
申 往復ハガキで、動物愛護館(〒421-1222 葵区産女954☎278-4070)へ[9/18(水)必着・犬の名前、犬種、性別、不妊・去勢手術の有無、現在しつけで困っていることも記入・多数選考]



はじめてのLINE教室
時 9/6(金)、10:00～11:30、13:30～15:00
所 みなくる
人 スマホを持参できる人各6人(無料)
申 電話で、静岡ガスエネリアショールーム静岡☎285-0267へ[9/1(日)、9:30～・申込順]
問 地域包括ケア・誰もが活躍推進本部☎221-1624

駿府城公園 紅葉山庭園茶室のイベント
人 各15人
申 駿府城公園HPか往復ハガキで、駿府城公園坤櫓管理事務所(〒420-0855 葵区駿府城公園1-1 ☎266-7205)へ[各申込期限必着・1枚2人まで・年齢も記入・多数抽選]
◆季節を彩る絵手紙教室 第1期
時 9/19(木)、10/17(木)、11/21(木)の10:00～12:00(全3回)
講 田中栄子氏(日本絵手紙協会公認講師)
費 4,500円(材料費別途)
限 9/7(土)
◆歴史カフェ「渋沢栄一」ってどんな人?
時 9/27(金)、10/25(金)、11/22(金)の14:00～15:00(全3回)
講 静岡市歴史博物館学芸員
費 3,600円(呈茶付き)
限 9/15(日)

常葉大学 公開講座 9～12月開講
「人生100年時代を幸せに過ごすために」をテーマに、16講座を実施します(無料)。
所 常葉大学草薙・水落・浜松キャンパス
問 申込方法など詳しくは、常葉大学☎297-6142のHPをご覧ください。
担 生涯学習推進課☎221-1207



やんかれ教養講座 2024年度後期受講生募集
時 10月～来年3月(各講座全12回)
所 清水区内の各生涯学習交流館
問 申込方法など詳しくは、ヤングカレッジ☎070-3783-5579(不定休)のHPや清水区内生涯学習交流館に配架の「やんかれ通信」をご覧ください。
担 生涯学習推進課☎221-1207



認知症予防のプログラムに 参加しませんか

	とき	ところ
①	10/7～12/23 月・全10回	かけこまち七間町
②	10/4～12/20 金・全12回	みなくる
③	10/1～12/24 火・全11回	清水テルサ

※時間はいずれも、10:00～11:00
内 運動・脳トレ・レクリエーションからなる静岡型認知症・MCI予防プログラム
人 ①15人②③各25人(無料)
申 電話で、地域包括ケア・誰もが活躍推進本部☎221-1623へ[9/2(月)～・申込順]

にっこり笑顔♪ マジックで認知症予防
認知症サポーターマジシャンのマギー^{まい}氏と一緒に、認知症についてマジックを通じて楽しく学びましょう!
時 10/17(木)、10:00～11:30
所 城東保健福祉エリア
人 70人(無料)
申 電話か直接、地域福祉交流プラザ☎249-3183へ[9/10(火)～・申込順]

認知症市民公開講座 「新時代の認知症診療」
時 10/20(日)、13:30～15:45
所 グランシップ
人 300人 ※当日、直接会場へ(無料・先着順)
問 地域包括ケア・誰もが活躍推進本部☎221-1623

HACCP(ハサップ)に対応するための衛生管理計画書作成講習会
時 9/25(水)、14:00～15:30
所 城東保健福祉エリア
人 飲食店営業者が従業員30人(無料)
申 電話で、市食品衛生協会 ☎209-0300へ [9/2(月)～・申込順]
担 食品衛生課 ☎249-3161

食 推さんの料理教室
費 各300円
申 電話で、各食生活改善推進員へ [各申込開始日～・申込順]
問 健康づくり推進課 ☎221-1571
◆おいしく減塩料理教室
時 9/24(火)、①9:30～11:30②9:30～12:00
所 ①葵生涯学習センター②来・て・こ
内 減塩料理を通して生活習慣病予防の知識等を身につけ、家庭での実践につなげる
人 ①60歳以上②18歳以上の人各16人
申 ① ☎090-4117-8006(杉山方18:00～20:00)② ☎090-4252-6713(杉山方13:30～16:00)
※申込開始日▶①9/10(火)②13(金)
◆骨と体に良い料理教室
時 9/28(土)、①9:30～12:00②10:00～12:00
所 ①大里生涯学習センター②北部生涯学習センター
内 骨粗しょう症や低栄養予防対策について、調理実習・試食を通して楽しく学ぶ
人 18歳以上の人①20人②12人
申 ① ☎090-7850-6506(吉川方19:00～21:00)② ☎090-4448-5450(池ヶ谷方19:00～21:00)
※申込開始日▶9/9(月)

点 字講習会 清水会場 受講生を募集します!
時 10/23～11/27の毎週水曜日、18:30～20:30(全6回)
所 は一とびあ清水
人 20人(無料・要テキスト代)
申 申込フォームか、申込書を郵送、FAXまたは直接、清水区地域福祉推進センター ☎371-0290へ [10/9(水)必着・多数抽選]
※申込書は、各区障害者支援課、市HPなどにあります。
問 障害福祉企画課 ☎221-1198

介護講座 ～介護に関する入門的研修～
とき(11月・各全2回) ところ
5(火)、6(水) 1日目 みなくる
14(木)、15(金) 10:30～16:30 は一とびあ清水
19(火)、20(水) 2日目 10:30～16:00 中央体育館
人 各20人程度(無料)
申 申込フォームか、申込書をFAXまたは直接、介護保険課(静岡庁舎14階 ☎221-1202)へ [9/25(水)必着・多数抽選]
※申込書は、同課、各区高齢介護課、市HPなどにあります。

我が家の終活セミナーに参加しませんか?
時 9/23(水)、10:00～11:30
所 茶木魚(市役所静岡庁舎新館3階)
内 実家を空き家にしないポイントや、相続の際に気をつけることなど
人 40人(無料)
問 申込方法などは、住宅政策課 ☎221-1192へお問い合わせいただくか申込フォームをご覧ください。

中央卸売市場 旬の秋鮭といくら
時 9/28(土)、9:30～12:00
内 市場の専門家に秋鮭の話を聞き、「はらこめし」を作って食べる
人 中学生以上の人16人
費 1,500円
申 申込フォームか往復ハガキで、市場協力会(〒420-0922葵区流通センター1-1 ☎263-3435)へ [9/18(水)必着・年齢も記入・1人1枚・多数抽選]

不動産鑑定士による無料相談会
時 10/4(金)、10:00～16:00(受付15:30まで)
所 県教育会館4階
内 土地価格、売買、借地、相続、贈与など
※当日、直接会場へ(資料等があれば持参)
問 開発審査課 ☎221-1408

がん治療と仕事の両立支援セミナー
時 10/22(火)、15:30～16:50
所 ①静岡MYタワー4階②オンライン(Zoom)
人 企業の経営者、人事労務担当者、医療従事者など(無料) ※①は50人
申 申込フォームかFAXで、保健衛生医療課 ☎221-1549・FAX221-1162へ [9/2(月)～・①②の別も記入・申込順]

お知らせ
市営住宅の入居者を募集します
人 市内に住むか通勤し、同居する親族(婚姻者を含む)がいる人で、住宅に困窮し、持家(共有名義含む)がない世帯
※その他、所得などの条件あり。連帯保証人不要。単身世帯の募集もあり
申 申込期間▶10/1(火)～5(土)[消印有効・多数抽選]
問 申込方法などは、市まちづくり公社(静岡庁舎新館3階 ☎221-1253、清水庁舎2階 ☎354-2238)へ ※申込書などは、同公社、駿河区総合案内、長田支所、蒲原支所にあります。

令和7年度の納税通知書用封筒 広告主を募集します
納税通知書は、納税者に確実に届き保管率も高いことから、高いPR効果が見込まれます。詳しくは、市HPをご覧ください。
限 9/13(金)、17:00
問 税制課 ☎221-1493

物価高騰重点支援給付金 申請は9月末まで
内 給付金額▶①1世帯あたり10万円②子1人あたり5万円追加③定額減税しきれないと見込まれる額(調整給付)
人 ①令和6年6月3日に市内に住民登録があり、令和6年度住民税が新たに非課税及び均等割のみ課税となった世帯
②①の対象となる世帯のうち、18歳以下の子が属する世帯 ※令和6年6月4日以降に生まれた新生児も対象になります。給付金コールセンターへご連絡ください。
③令和6年度住民税が本市で課税された人のうち、定額減税しきれないと見込まれる人
申 対象世帯・対象者へ送付済みの「確認書」を記入のうえ、返送 [9/30(月)消印有効]
※詳しくは、確認書か市HPをご覧ください。
問 給付金コールセンター ☎0120-762-458 (平日9:00～19:00)

清水看護専門学校 助産学科一般入学試験
時 試験日▶10/26(土)
所 清水看護専門学校
人 保健師助産師看護師法第21条の各号いずれかに該当する女性(該当見込みの人含む)
費 入学検定料▶6,000円
申 出願期間▶9/27(金)～10/10(木)必着
※詳しくは、市HPをご覧ください。
問 清水看護専門学校 ☎336-1136

学校給食用 物資納入業者登録について
時 登録期間▶来年4/1から2年間
人 市内に事業所か製造加工の設備を有し、従業員が常勤している業者
申 申請書等を直接、学校給食課(清水庁舎7階 ☎354-2551)へ [9/2(月)～27(金)・選考あり]
※申請書は同課にあります(配付期間▶9/2(月)～9(月))。

はかりの定期検査のお知らせ(9月)
取引や証明に使うはかりの定期検査です。家庭で使うはかりの無料検査も行います。
とき ところ とき ところ
3(火) 10(火) 大岩車庫
4(水) 番町市民活動センター 19(木) 東部生涯学習センター
5(木) 20(金)
6(金)
※時間はいずれも、10:00～12:00、13:00～15:00。当日、直接会場へ
問 生活安全安心課 ☎221-1057

清見潟大学塾 講師募集
人 来年4月から1年間継続して教えることのできる人 ※免許や資格不問
申 電話で、清見潟大学塾事務局 ☎367-3588へ [10/11(金)必着] ※メール申込可。メールアドレスなど詳しくは、HPをご覧ください。
担 生涯学習推進課 ☎221-1207

産学交流センター B-nestの休館について
施設の改修工事に伴い、10/1(火)～11/30(土)、休館します。詳しくはHPをご覧ください。
問 産学交流センター ☎275-1655

違反広告物をなくして美しいまちに!
9/1(日)～10(火)の期間中、屋外広告物の適正化に向けた取組として、市内で一斉に違反看板の除却作業と看板の安全対策などの啓発活動を行います。電柱などに取り付けられた貼り紙・立て看板などを見かけたら、ご連絡ください。
問 景観まちづくり課 ☎221-1123

市民参画
生産緑地地区の変更について 都市計画案の縦覧
時 9/18(水)～10/2(水)
所 縦覧▶都市計画課(静岡庁舎7階)、都市計画事務所(市役所清水庁舎3階)
※意見のある人は、意見書を郵送か直接、各縦覧場所へ [10/2(水)必着]。意見書は、各縦覧場所にあります。
問 都市計画課 ☎221-1409

市の公式SNSをご登録ください
災害情報やくらし・観光情報などの市政情報を発信しています。登録はこちらから▶
LINE X (旧Twitter) Instagram
QRコード

ハガキやFAXで申し込みの際は、上段の必要記載事項を必ず記載してください。
「広報しずおか」の内容について、電話でのお問い合わせが困難な場合は、FAXで市コールセンター FAX200-4895 へどうぞ。(〇月号〇ページ、記事のタイトル、問い合わせ内容、返信先FAX番号を記入してください。)

広報紙(静岡気分)に関するご意見をお寄せください
スマートフォンの普及などにより、市では、広報紙を将来的にデジタル化していくことを検討しています。今後の検討の参考にするため、市民の皆さまのご意見をお聞かせください。
ご意見は右記フォームからどうぞ▶
問合せ 広報課 ☎221-1021

ひと、まち、輝く **静岡気分** 発行日 / 令和6年9月1日 広 報 課 ☎(054)221-1021・FAX(054)221-1487

困ったときは コールセンターへ
☎(054)200-4894・FAX(054)200-4895
年中無休 平日8:00～20:00 土日祝日・年末年始8:00～17:00

市役所への郵便物は、郵便番号とあて名(静岡市役所・担当課名)で届きます。

静岡庁舎(葵区役所) 〒420-8602
駿河区役所 〒422-8550
清水庁舎(清水区役所) 〒424-8701

防災情報ポータルサイト
災害時に、市が発信する避難や気象などに関する情報を確認できます。防災メールも登録できます。

FMラジオで防災情報を放送します
※放送日時が変更する場合あり
・マリンパル 76.3MHz ※毎週日曜日 12:55～
・FM-Hi! 76.9MHz ※毎月第1月曜日 13:10頃～

★静岡市道路通行規制情報しずみちinfo

市役所代表電話番号 ※平日 8:30～17:15 市外局番(054)
静岡庁舎 ☎254-2111
駿河区役所 ☎202-5811
清水庁舎 ☎354-2111

救急診療の問い合わせは、**医療情報ネット**へ (24時間 ☎0570-000-692)

★AED設置場所検索

静岡市HP **静岡市** 検索

広報しずおかは電子ブックでも配信中!

静岡市の人口・世帯数
※()は前年同月との比較
R6.7月末日現在
男 328,672人(–2,479人)
女 346,454人(–2,510人)
合計 675,126人(–4,989人)
世帯数 327,114戸(+2,794戸)
※数字は住民基本台帳に基づく