

## 総合型地域スポーツクラブ NPO法人みなと小松島スポーツクラブ 「体力・運動能力調査」を 実施します

次のとおり体力運動能力調査を実施します。  
今のあなたの体力を知るチャンス！申込不要、参加費無料です。

測定結果をもとにあなたの今後の健康づくりに活かしましょうか。

【日時】9月17日(土)

午前9時から正午終了予定

【場所】市立武道館(市立体育館併設)

【持参物】水分補給用の飲み物、動きやすい服装、上履き

【調査項目】握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び(10m障害物歩行)、シャトルラン(6分間歩行)、立ち幅跳び(開眼片足立ち) ※( )は65歳以上

【お問い合わせ先】小松島市立体育館内 クラブ事務所  
☎ & FAX 38・1713  
(午前9時から午後4時まで)  
<https://minatosports.jindofree.com/>

小松島市スポーツ推進委員会事務局(市教育委員会生涯学習課スポーツ振興室内)  
☎ 38・1788 / FAX 38・1789



## 耕作放棄地の全体調査に ご協力ください

耕作放棄地や遊休農地など、年間を通じて不作付の農地の解消・再生に向けた取り組みを進めるため、9月から10月にかけて、市担当者や地元農業委員、農地利用最適化推進委員が耕作放棄地の全体調査(現況確認)を行いますので、ご協力くださいますようお願いいたします。

※調査員が農地に立ち入る場合がありますので、あらかじめご承知ください。

【お問い合わせ先】

市農業委員会事務局(市役所4階) ☎ 32・3810 / FAX 34・9992  
Mail:nougyouinkai@city.komatsushima.i-tokushima.jp

## 国民年金保険料 免除・納付猶予のご案内

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度(50歳未満)」があります。保険料納付の免除・猶予申請は、左記の窓口で手続きができますので、お気軽にご相談ください。

【申請・お問い合わせ先】

①市保険年金課年金担当(市役所1階)③番窓口 ☎ 32・4120 / FAX 35・0173  
Mail:hokenkenkin@city.komatsushima.i-tokushima.jp  
②日本年金機構徳島南年金事務所(徳島市山城西4-145) ☎ 088・652・3114 / FAX 088・654・0219

## 地域安全のまど

### 登山における遭難防止

気候も良くなり、いよいよ登山シーズンの到来です。大気安定せず天候が変わりやすいため、注意が必要です。また、新型コロナウイルス感染症の感染予防も重要です。十分な準備をして、安全に登山を楽しみましょう。

#### ○事前の準備を万全に!

- ・情報収集
- ・健康管理
- ・装備品の点検



雨具 防寒具 登山地図 コンパス 腕時計  
携帯電話予備バッテリー 非常食 ヘッドランプ・タオル(赤・黄色)  
マスク アルコール消毒液 体温計 使い捨て手袋  
ファスナー付きポリ袋 寝袋 等

- 登山計画書を提出しましょう!
- 冷静な状況判断と慎重な行動を!
- 新型コロナウイルス感染防止対策



コンパスのQRコード

協力・資料提供：小松島警察署

## 徳島航空基地一般公開

海上自衛隊徳島航空基地開隊64周年および陸上自衛隊北徳島分屯地開設13周年を記念し、徳島航空基地一般公開を開催します。

みなさまのご来場をお待ちしています。

【日時】10月1日(土)

午前9時から午後3時まで

【場所】海上自衛隊 徳島航空基地  
(松茂町住吉字住吉開拓38)



HP



Twitter

予定  
イベント

- 航空機飛行展示
- 航空機地上展示
- その他各種イベント

※詳細は徳島教育航空群ホームページ、SNS等で随時お知らせします。

【ホームページ】

<http://www.mod.go.jp/msdf/tokushima>

【お問い合わせ先】

海上自衛隊徳島教育航空群司令部 広報室

☎088・699・5111(内線3234)