

10/2

木島アサミさん

## 100歳 おめでとうございます!



小松島町元根井の出身で、9人兄弟の5女として生まれました。小学校卒業後は京都や東京などで子守奉公として働き、故郷に帰ると軍需工場勤務、21歳の時に共に鉄工所で働く夫と結婚、3男1女を育てられました。

息子さんと同居されている現在も、食事は自炊され、ご自身の事はなるべく自分でするようにしているとのこと。元気の秘訣は、週4、5回通っている市内病院のリハビリで、毎日、自宅の周りを杖なしで1,000歩程度歩くことを日課とされています。リハビリから帰ると、時代劇や相撲をテレビで観るのが楽しみだとおっしゃっていました。

「子どもや孫、ひ孫がいて、毎日普通の生活ができていることが幸せです。ありがとうございます。」と、国、県、市から祝い状を受け取り、深々と感謝の意を伝えられました。

## 介護予防講座のご案内

会場

総合福祉センター

定員25名

市内在住の65歳以上の方が対象です。参加ご希望の方は直接、会場へお越しください。

※飲料水、筆記用具などは各自でご持参ください。各種感染防止対策にご協力ください。

※定員を超過した場合は、人数制限をする場合があります。

脳と体の健康教室

受講料無料・申込不要

テーマ ミニバランスボールでストレッチ&リラクソヨガ

■講師 介護予防運動指導員 日根 香 先生

■日時 11月12日(火) 午後1時30分から3時まで

■準備物 ヨガマット・5本指の靴下

阿波踊り体操教室

受講料無料・申込不要

■日時 11月13日(水) 午前10時から11時まで

お申し込み、お問い合わせはこちらまで

市社会福祉協議会地域包括支援センター  
(横須町11番7号、市総合福祉センター内)

☎ 33・4040 / FAX 33・4042



## 市内巡回型認知症カフェ(ちっかふえ)ガーデニング教室

「忘れても大丈夫!!」～思いやりにあふれた街～

要受講料・要申し込み

認知症を理解して地域で支え合い、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指し、ガーデニング教室を開催します。認知症に関心のある方が対象です。

★講師 寄せ植えの店 花小屋はなはうす 長野 美枝 先生

ケアハウス健祥会アムス

2階多目的ホール(日開野町字宗人屋敷71-4)

■日時 11月27日(水) 午後2時~3時30分

■申込締切 11月20日(水) ■定員 20名程度

シルバー人材センター

(南小松島町1番16号 勤労青少年ホーム1階)

■日時 12月3日(火) 午後1時30分~3時

■申込締切 11月29日(金) ■定員 15名程度

※事前申し込みと材料費(税込み2,000円)が必要です。(各参加会場にて当日払いです)

※参加希望の方は、各希望参加会場の申し込み締め切りまでに地域包括支援センターへお電話またはご来所にてお申し込みください。

## ひーちくザロン

中田公会堂(中田町字奥林28-5)

■日時 12月5日(木) 午前10時~11時30分

■申込締切 11月29日(金) ■定員 20名程度

2025年版

県民手帳 1冊770円(税込)

●A6判 ●4種類の表紙

●月間予定表は2024年12月~2026年3月

●お得な割引サービスあり 市役所1階総合案内で販売します

掲載内容 徳島県内の主要行事、主要統計データ、道の駅や四国八十八か所の一覧表、暮らしの相談窓口案内、マスコットキャラクター など

お問い合わせ先 市DX推進課 統計情報室(市役所3階)

☎ 32・3803 / FAX 33・3253

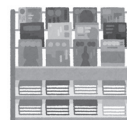
✉ tokei@city.komatsushima.i-tokushima.jp

企業・個人事業主の皆さん!

図書館で広告を出しませんか?

業界紙やファッション誌など、お好きな雑誌の最新号カバーに広告を掲載するスポンサーを募集しています。

詳しくは市教育委員会生涯学習課  
(☎32・2700)にお問い合わせください。



《今月は、市県民税3期分、後期高齢者医療保険料4期分、国民健康保険税・介護保険料5期分の納付月です。》忘れずに納期限内に納めましょう。市税の納付は、確実・安心・便利な口座振替をご利用ください。

2024年(令和6年)11月5日  
広報こまつしま

