

催し

中央会館 人権・健康講座のご案内

いつまでも健やかに
転倒・骨折の知識と予防対策

講演内容

1. 転倒のメカニズム
2. 生活の中の転倒と骨折の実態
3. 転倒・骨折予防

▼講師 東根 孝次さん(理学療法士、とくしま健康寿命マスター)

中央会館「健康教室」講師)

▼日時 9月19日(金)

午後1時30分～3時

▼場所 中央会館 3階大ホール

▼定員 40名

▼申込方法 直接来館または、電話・FAX

電話・FAX

申込・問 市中央会館

(松島町5番6号)

☎ & FAX 32・2030

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

今、あなたの体力を知るチャンス！参加費無料、申込不要で当日参加OK。

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せんか。

▼日時 9月20日(土)

午前9時(受付開始)～11時30分(受付終了)

▼場所 市立武道館

(市立体育館併設)

▼持参物 水分、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

▼市立体育館内クラブ事務所

☎ & FAX 38・1713

https://minatosports.jimdo.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

お知らせ

(高校生および保護者対象)
成人式アンケートにご協力ください

本市は現在、成人式を1月の

第2日曜日に開催しています

が、開催日等について見直しを

検討しています。つきましては、

将来本市の成人式に出席する

▼アンケートはこちら



アンケートはこちら

※来年の小松島市二十歳の成人式は令和8年1月11日(日)午後1時式典開始予定で変更ありません。

▼市教育委員会生涯学習課(教育委員会2階)

☎ 32・2700

FAX 33・1230

shougai@city.komatsushima.jp

ima.i.tokushima.jp

遊休農地の状況調査

にご協力ください

農業委員会では遊休農地の

解消に向けた取り組みを進める

ため、9月から11月にかけて、

農業委員や農地利用最適化推

進委員、事務局職員が調査員

となり、状況調査を行いますの

で、ご協力をお願いします。

※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。

▼市農業委員会事務局(市役

所4階)

☎ 32・3810

FAX 34・9992

nouyouinukai@city.komatsushima.i-tokushima.jp

国民年金保険料 免除・納付猶予のご案内

収入の減少や失業等により

国民年金保険料を納めること

が経済的に困難な場合は、保

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。

▼市役所1階③(番窓口)

☎ 32・4120

FAX 35・0173

hokennenkin@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4-45)

☎ 088・652・3114

FAX 088・654・0219

敬老の日の慶祝訪問

対象者の変更について

毎年敬老の日に、101歳以

上の方を訪問し、長寿を祝福し

ていましたが、令和7年度より、

105歳および110歳到達

者のみを訪問することになりま

した。

毎年楽しみにしていた皆さまには、申し訳ございませんが、ご理解をよろしくお願ひします。

▼市市民環境課 公共交通・生活支援担当(市役所1階②番窓口)

☎ 32・2132

FAX 33・2234

shiminseikatsu@city.komatsushima.i-tokushima.jp

小松島市暮らしの便利帳(令和8年版)(仮称)を発行します

本市では「株式会社サイネ

ックス」と協働で行政情報誌

「小松島市暮らしの便利帳」

(令和8年版)(仮称)を作成

し、令和8年1月頃市内世帯

への配布を予定しています。

この便利帳は、市役所窓口の

各種手続きや税金、福祉、健

康、子育て、施設案内など市民

生活に役立つ行政情報のほ

か、観光や地域に関する情報

も掲載した大変便利な一冊と

なっています。

▼広告に関するお問い合わせ先

株式会社サイネックス 徳島支

店(徳島市中常三島町1丁目32

番地)☎ 088・623・053

0/FAX 088・623・4779

▼市秘書広報課

☎ 32・3812

問 〓 お問い合わせ先