

みなと小松島 スポーツクラブ

事務局 (TEL38・1713)

http://minatosports.jimdo.com/



「みなとくん」

ダイエットや健康づくり、友達づくりのために入会しませんか？

【実施予定表】

月・日	場所	9/6 (木)	7 (金)	8 (土)	11 (火)	13 (木)	14 (金)	15 (土)	18 (火)	21 (金)	24 (月)	25 (火)	28 (金)	29 (土)	10/2 (火)
卓球(遊学+サークル) (10:00~12:00)	メイン	サークル	○				サークル	○		サークル				サークル	
バドミントン (10:00~12:00)	"			○				○							
ソフトバレー (13:30~15:30)	"			○				○							
ソフトテニス (16:00~18:00)	"			○				○							
阿波踊り体操 (13:45~14:30)	武道館			○											
太極拳 (14:30~16:00)	"			○											
健康体操3B (14:00~15:30)	"							○							○
フラダンス (19:30~21:00)	ふれあい センター							○							
健康ヨガ (13:30~15:00)	"				○				○				○		○
自力整体 (10:00~11:30)	"		○						○				○		
ジョギング (16:00~)	あいさい スタジアム			○				○							○
ジュニア体操 (①13:30~14:30 ②14:30~15:30)	サブ コート			○				○							
写経・お話 (19:30~21:00)	体育館 会議室											○			
ダイエット講座 (19:00~20:30)	勤労青少年 ホーム	○				○									終了

休日・夜間の病気やケガの時

休日診療

午前9時~午後5時

※受診前には必ず医療機関へ電話してください。

月 日	実施医療機関	住所	電話
9月9日(日)	江藤病院	和田島町	37・1559
9月16日(日)	マスカット内科(午前のみ)	横須町	33・1100
9月17日(祝)	徳島ロイヤル病院	中田町	32・8833
9月22日(祝)	小松島病院	田浦町	33・2288
9月23日(日)	金磯病院	金磯町	33・1211
9月30日(日)	碩心館病院	江田町	32・3555
10月7日(日)	マスカット内科(午前のみ)	横須町	33・1100
	宮本小児科	大林町	37・3567

夜間診療

午後6時~翌日の午前9時

(休日は午後5時~翌日の午前9時)

市内の医療機関が交代で行っています。

■案内専用電話(☎33・2581)

■市消防本部(☎32・0119)

■市役所宿直室(☎32・2111)

※休日・夜間診療は徳島新聞にも掲載されています。

※実施医療機関の都合により変更する場合があります。

市保健センター
☎32・3551

県内でとどろかない面白さ! 小松島けいりん



ボンスター

- 電話投票番号 73#
- ▼松山(FI)場外
 - 9月7日(金)・8日(土)・9日(日)
 - ▼第6回(FII)
 - 9月10日(月)・11日(火)・12日(水)
 - ▼オールスター競輪(GI)前橋 場外
 - 9月13日(木)・14日(金)・15日(土)・16日(日)・17日(祝)
 - ▼別府(FI)場外
 - 9月19日(水)・20日(木)・21日(金)
 - ▼防府記念(GIII)場外
 - 9月22日(祝)・23日(日)・24日(月)・25日(火)
 - ▼京都向日町記念(GIII)場外
 - 9月27日(木)・28日(金)・29日(土)・30日(日)
 - ▼高松(FI)場外
 - 10月1日(月)・2日(火)・3日(水)
 - ▽サテライト鴨島・7時30分から発売

乳製品を使った料理教室 参加者を募集!!

小松島市食生活改善推進協議会が開催する料理教室に参加しませんか？日本人に不足しがちなカルシウムがたくさん入ったメニューをご紹介します！

ご希望の方は市保健センター(☎32・2500)へ 9月21日(金)までにお申し込みください。

【対象】 バランス食に関心のある20歳以上の市民
【定員】 先着20名

◆乳製品を使った料理教室 (料金無料)

【日時】 10月1日(月) 10:00~12:30

【場所】 市保健センター(小松島町新港9-10)