

みなと小松島スポーツクラブ

平成23年度会員申し込み受け付け中です。
 5月28日(土) 10:00～12:00 新体力テストを実施します。(当日参加OK)
 5月29日(日)「歩み会」実施、文化の森⇄植物園(約5km)を歩きます。(参加費500円)クラブ事務所・体育館にて申してください。

【実施予定表】

種目	月・日 場所 曜日	5/6(金) 7(土) 10(火) 12(木) 14(土) 17(火) 20(金) 21(土) 23(月) 24(火) 26(木) 28(土) 6/3(金) 4(土)													
		5/6(金)	7(土)	10(火)	12(木)	14(土)	17(火)	20(金)	21(土)	23(月)	24(火)	26(木)	28(土)	6/3(金)	4(土)
卓球・バドミントン (10:00～12:00)	メイン		○			○							体力		
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 (14:00～14:30)	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 センター並江		○						○					○	
健康ヨガ (13:30～15:00)	"			○				○			○				
ハタ・YOGA (19:30～21:00)	"				○							○			
ウォーキング・ジョギング (16:00～)	あいさい スタジアム		○			○			○				○		
ジュニア体操 (13:30～16:00)	体育館 サブ		○			○									
ジュニアリズム3B (13:00～14:00)	武道館												○		
写経・お話 (19:30～21:00)	体育館 会議室								○						
バウンドテニス (13:00～15:00)	体育館 サブ	○								○			○		

※動きやすい服装・屋内シューズ・水分などは各自でご用意ください。
 お問い合わせは、クラブ事務所(☎38・1713)またはスポーツ振興課(☎38・1788)まで。

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
5月5日(祝)	金磯病院	金磯町	33・1211
8日(日)	江藤病院	和田島町	37・1559
15日(日)	マスカット内科(午前のみ)	横須町	33・1100
22日(日)	小松島病院	田浦町	33・2288
29日(日)	藤野医院	坂野町	38・1636
6月5日(日)	マスカット内科(午前のみ)	横須町	33・1100
	徳島ロイヤル病院	中田町	32・8833
	徳島ロイヤル病院	中田町	32・8833
	徳島ロイヤル病院	中田町	32・8833

※実施医療機関の都合により変更となることがあります。

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。
 詳しくは、市保健センター(☎32・3551)まで。

音訳ボランティア参加者を募集

音訳ボランティア「松声グループ」では、高齢者の方や視覚障がい者の方を対象にした『広報こまつしま』などの音訳(書かれた文字を音にすること)や朗読会の活動を行っています。
 朗読や音訳に関心があり比較的時間に余裕のある方、私たちと共に活動しませんか。
 活動に参加ご希望の方または見学されたい方は、お気軽にご連絡ください。

お問い合わせは、松声グループ世話役(尾本宅☎32・5141)まで。

自動車税は納期内に納めてください

今年度の自動車税の納期限は5月31日です。納期内に納めてください。

領収書に添付されている納税証明書は、車検(継続検査または構造等変更検査)の際に必要なため、大切に保管してください。

お問い合わせは、東部県税局自動車税庁舎(☎088・641・2323)まで。



第29回小松島春のまつり・金長まつり

ヒーローショー、ラッキー抽選会、ビンゴゲーム、もち投げ、写生大会や阿波踊りなど楽しいイベントがいっぱい!是非、お越しください。
 【日程】5月8日(日)
 雨天決行、入場無料

【場所】市営グラウンドほか
 ※東日本大震災の義援金ボックスを設置していますので、ご協力をお願いします。

お問い合わせは、小松島春のまつり委員会・金長奉賛会(☎32・3533)まで。

「まむし」にかまれたら

5月から10月にかけては、「まむし」の出没期です。もし、「まむし」にかまれたら応急処置をして一刻も早く医師の診察を受けてください。

【応急処置と受診】

- ・傷口より心臓に近いところを強くしぼる。
- ・15分に1回は、しぼりを解いて血を通し、再度しぼる。
- ・至急、医師の診察を受ける。

【血清の保管場所】

徳島赤十字病院(小松島町字井利ノ口103 ☎32・2555)