

# みなと小松島 スポーツクラブ

http://minatosports.jimdo.com/



☆4月29日(祝)「高丸山」ウォーキングに参加しませんか?  
募集人数20名で会員2,500円、一般参加3,000円  
ご希望の方は、事務局へ4月21日(土)までにお申し込みください。

## 【実施予定表】

種目	月・日 場所 曜日	4	5	6	7	10	12	13	14	17	19	20	21	23	24	26	27	28	5	1
		5	6	7	10	12	13	14	17	19	20	21	23	24	26	27	28	5	1	
卓球・バドミントン (10:00~12:00)	メイン				○				○			○								
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2				○							○								
健康ヨガ (13:30~15:00)	"				○				○					○						○
自力整体 (10:00~11:30)	"		○					○			○						○			
ジョギング (15:00~)	あいさい スタジアム				○				○			○								
ジュニア体操 (13:30~15:30)	体育館 サブ				○				○			○								
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4F ふれあい センター2	○				○							○							○

※動きやすい服装・屋内シューズ等は各自ご用意ください。

## 【お問い合わせ先】

みなと小松島スポーツクラブ事務局 (TEL38・1713)

## 第30回

## 子ども会

## ウォークラリー市民大会

ウォークラリーとは、コース図に沿って歩き、途中のチェックポイントで問題を解きながら、決められた時間に目的地に到達するスポーツです。

市民のみなさん、是非ご参加ください。

【実施種別】※一般・市民の部のみ、当日受付

当日にコース図(日の峰公園周辺)を配布します。水筒やタオルなどは、各自持参のうえ参加ください。

【ファミリーの部】子ども会会員を含む家族2名以上(大人1名必要)

【子ども会の部】子ども会会員(大人1名以上の指導者必要)

【一般・市民の部】2名以上のチームで参加

【日時】※雨天中止

4月29日(祝) 午前8時30分受付開始

【集合場所】S L 記念広場



## 【お問い合わせ先】

市教育委員会生涯学習課(市立図書館3階)

TEL 32・2700 / FAX 33・1230

# 就職や退職、結婚などによる国民年金種別変更のお知らせ

届け出をしなかったために将来の年金額等に影響が出る場合がありますので、必要な手続きは早急に済ませましょう。

## ■種別が変わるときは届出が必要です。

現在の種別	種別の変わる事由	届出先
第1号	就職して厚生年金か共済組合に加入した	事業所
	会社員と結婚して被扶養配偶者になった	
	夫が就職して、被扶養配偶者になった	
第2号	転職して、自営業になった(被扶養配偶者も第1号被保険者になります)	市役所
	会社を退職して、自営業者の妻になった	事業所
第3号	会社を退職して、会社員の被扶養配偶者になった	市役所
	夫が会社を退職した	
	会社員の夫と離婚した	
	収入が増え、被扶養配偶者でなくなった	
	夫が亡くなった	
第3号	会社に就職して被扶養配偶者でなくなった	事業所
	夫が転職し、厚生年金から共済組合または共済組合から厚生年金に変わった	

※妻が会社員等で、夫がその被扶養配偶者のときは、「妻」と「夫」を読み替えてください。

お問い合わせは、市健康増進課年金担当(市役所1階③番窓口 TEL 32・2113 / FAX 35・0173)まで。

## ■国民年金の加入者は3つの種別で分けられます。

- 第1号被保険者=自営業、学生など(第2号、第3号被保険者以外の方)
- 第2号被保険者=会社員などの厚生年金保険・共済組合等の加入者
- 第3号被保険者=会社員など(第2号被保険者)に扶養されている配偶者

