

みなと小松島 スポーツクラブ会員募集



当スポーツクラブは、子どもから高齢者までが参加できる様々なスポーツや文化活動を提供しています。入会者は、卓球やヨガ、太極拳、フラダンス、写経など14教室を利用することができます。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？



【年間費】 個人会員の大人：6,000円
 ※ スポーツ安全保険代が別途必要です。
 ※ 利用する教室によっては別途参加費が必要です。
 お申し込みは、みなと小松島スポーツクラブ事務局（☎38・1713）まで。

今日から始める介護予防！

小松島市内在住で65歳以上の方が対象です。各講座とも申込不要、受講料無料。直接会場へお越しください。



介護予防健康教室

『健口教室：口は健康の入り口』

市社会福祉協議会地域包括支援センター

市山さゆり

【日時】 1月21日(火)

午後1時30分～午後3時

【場所】 市総合福祉センター（横須町11番7号）

羽衣体操

楽しく活力のある生活を過ごせるように、健康・体力づくりを始めませんか？

【日時】 1月10日(金)

午後1時30分～午後2時30分

【場所】 市総合福祉センター（横須町11番7号）

お問い合わせは、市社会福祉協議会地域包括支援センター（TEL 33・4040 / FAX 33・4042）まで。

小松島市 成人式

市総合福祉センターにて1月12日(日)午後1時より式典を開始します。(正午から受付開始)

市生涯学習課

会事務局（☎090・9670・7491）まで。

詳しくは、特定非営利活動法人あわホームホスピス研究会

【場所】 市役所玄関ロビー

午後2時～午後4時半頃

【日時】 毎週火曜日

気軽にお立ち寄りください。

や「心と体をほぐすミニイベント」を開催しますので、お

よる「暮らしのよろず相談」

保健・医療・福祉の専門職に

月14日(火)から毎週火曜日に、

ームホスピス研究会では、1

特定非営利活動法人あわホ

よろず談話室を開設

新成人のみなさんへ

国民年金に

加入しましょう！

国民年金は、やがて訪れる長い老後や万が一の事態に備え、お互いを支え合う制度です。20歳になったら、国民年金の加入手続きをしましょう！

国民年金(基礎年金) 3つのメリット

① 老齢基礎年金

加入者の老後を支えます。

② 障害基礎年金

病気やケガで障がいの状態になったときに支えます。

③ 遺族基礎年金

加入者が亡くなった場合、子どものある妻や子どもを支えます。

詳しくは、市健康増進課医療・

年金担当（TEL 32・41

20 / FAX 35・0173）

まで。

