

介護予防教室

月	日	曜日	時間	場所	地区	内容
4	1	月	9:00~10:30	こだま会館	川島	口腔ケア
	2	火	9:00~10:30	川島公民館神後分館	川島	口腔ケア
	3	水	9:00~10:30	中部農業構造改善センター	山川	口腔ケア
			13:30~15:00	上浦公民館	鴨島	栄養のお話
	4	木	9:00~10:30	川島公民館敷地分館	川島	栄養のお話
	5	金	13:00~14:30	瀬詰老人会館	山川	口腔ケア
	8	月	9:00~10:30	森藤集会所	鴨島	栄養のお話
	9	火	9:00~10:30	川島公民館学西分館	川島	口腔ケア
			13:00~14:30	牛島集会所	鴨島	栄養のお話
	10	水	9:00~10:30	八坂会館	山川	栄養のお話
			13:00~14:30	中枝老人憩の家	美郷	口腔ケア
	12	金	9:00~10:30	川島公民館本町分館	川島	栄養のお話
	15	月	13:30~15:00	西川田福祉センター	山川	栄養のお話
	16	火	9:00~10:30	三山老人憩の家	美郷	
			13:00~14:30	湯立会館	山川	栄養のお話
	18	木	9:00~10:30	東児島公民分館	川島	口腔ケア
	19	金	9:10~10:40	中古井広域集落センター	美郷	栄養のお話
			13:00~14:30	飯尾会館	鴨島	
	22	月	13:00~14:30	敷地老人憩の家	鴨島	
	23	火	13:00~14:30	元木会館	山川	
	24	水	13:00~14:30	知恵島公民館	鴨島	栄養のお話
	25	木	9:00~10:30	牛島公民館	鴨島	

- ※初めて参加される方は問い合わせください。
- ※健康手帳を持参してください。
- ※資料がある場合があります。眼鏡が必要な方は持参してください。
- ※健康相談の受付時間は、基本的に開始時刻から30分間です。
- ※講座内容は変更する場合があります。

リハビリ教室

月	日	曜日	時間	場所	地区	内容
4	1	月	13:30~15:30	立石公会堂	川島	<ul style="list-style-type: none"> ● 血圧測定 ● 体力測定(握力・2ステップ) ● 理学療法士による個別運動指導 ● 集団体操
	15	月				

●問い合わせ 長寿いきがい課 ☎22-2264 FAX22-2260

生活トピックス

働くことを希望する若者の就労・悩み相談

働くことを希望している15歳～39歳と40歳代の無業者およびその家族を対象に、これからのことを一緒に考えます。子どもの自立に悩む家族の相談も実施します。

相談は無料で、秘密は厳守しますので、気軽に相談してください。

※事前に予約が必要です。

とき 3月22日(金) 午後1時～4時

ところ ハローワーク吉野川1階 特別相談室

●問い合わせ

あわ地域若者サポートステーション

☎088(637)7553 FAX088(696)2510

～3月は「自殺対策強化月間」です～

こころの健康相談(精神保健福祉相談)

精神科医による相談

毎月第1・3木曜日
午後1時30分～3時30分(予約制)
※1回の相談は1時間程度となります。

保健師による相談

毎週月曜日から金曜日
午前8時30分～午後5時15分(随時)
一人で悩んでいませんか?まずはお電話ください。

無料です



●連絡先 吉野川保健所(健康増進担当)
☎36-9018 FAX22-1760

川島税務署からのお知らせ


使ってみると便利です!キャッシュレス納付!

キャッシュレス納付の3つのメリット!

自宅やオフィスから納付可能! PCやスマホで簡単手続き! 現金の準備が不要!

国税

キャッシュレス納付の一覧表

	キャッシュレス納付の種類	対象税目 ^{※1}	詳しい情報
e-Tax	ダイレクト納付 (e-Taxによる口座振替)	全税目	 国税庁 ホームページ 納税に関する 総案内 二次元コード
	インターネットバンキングによる納付	全税目	
	振替納税	申告所得税及び復興特別所得税、消費税及び地方消費税(個人の方のみ)	
	クレジットカード納付・スマホアプリ納付	全税目	

※1 一部の手続きにおいて、ご利用できない税目があります。詳しくは、国税庁ホームページをご確認ください。

●問い合わせ 川島税務署 ☎25-2211 自動音声案内に従って「2」番を選択してください。

多重債務でお悩みの方に

四国財務局には、借金を抱え悩んでいる方のための「相談窓口」があります。

一人で悩まず、ご相談ください。必要に応じて、弁護士・司法書士などの法律専門家への引き継ぎも行っています。

相談方法 まず電話をかけてください。こちらから電話をかけ直します。

相談料 無料

受付時間

月曜日～金曜日(祝日および12月29日～1月3日を除く)午前9時～正午、午後1時～5時



●問い合わせ

四国財務局 多重債務者相談窓口

高松市サポート3番33号

高松サポート合同庁舎(南館)

☎087(811)7801(直通)

令和6年度 自衛官募集の案内

募集種目 予備自衛官補(年齢要件が緩和されました)

採用対象 自衛官未経験者(自衛官であった期間が1年未満の者も含む)

資格 一般:18歳以上52歳未満の方
技能:18歳以上で保有する技能に応じ53歳～55歳未満の方

受付期限 4月11日(木)まで ※締切日必着
インターネットからも応募できます。詳しくは下記ホームページから。

試験期日 4月6日(土)～21日(日)

※いずれか1日を指定されます。

試験内容 筆記試験・口述試験・適性検査・身体検査

合格発表 地方協力本部への掲示および本人宛通知

※合格者は、採用候補者名簿に記載され、

上位者から順次採用予定者となります。



●問い合わせ

自衛隊徳島地方協力本部 吉野川地域事務所

☎24-7008

自衛官募集ホームページ <https://www.mod.go.jp/gsd/jjeikanbosyu/>

広報よしのがわに関する問い合わせは市長公室まで
☎22-2203 FAX22-2244

「児童虐待かも?」と思ったら、迷わず児童相談所全国共通ダイヤル「189」へ連絡を!