

西ノ島チャンネルにて

放送開始 11ch

毎日
朝 9:45 ~ 10:00

放送期間

2024年12月1日~
2025年2月28日

冬の寒い日々も体を動かして
ポカポカになりましょう!



フィットネスインストラクター
木村 崇男 先生

フィットネスインストラクター 木村崇男先生による スッキリ体操

西ノ島町

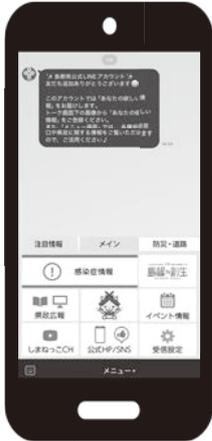
運動した後は
ストレッチと
水分補給を忘れずに!



テレワークオフィス、小向交流施設等で開催しているフィットネスインストラクターの木村崇男先生によるスッキリ体操教室を12月1日(日)から2月28日(金)まで西ノ島チャンネルで放送します。1日15分テレビをみながら毎日の運動習慣を身につけてみませんか。テレビなのでマイペースで無理なく始められ、ご家族、ご友人とも一緒に楽しめる体操です。



脳トレも
ありますよ~!!



県内のイベント情報などを
随時配信しています!

島根県

LINE 公式アカウント



お問い合わせ先: 島根県政策企画局 広聴広報課 ☎ 0852 - 22 - 6289

放送大学4月生募集のお知らせ

放送大学は、令和7年4月入学生を募集しています。好きな地域に住みながら大学卒業を目指したり、学びたい科目だけ受講したりすることもできます。

- 10代から90代の幅広い世代、約8万5千人以上の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で学んでいます。
- 授業には3つのスタイルがあり、BS放送やインターネットで視聴する、また講師から直接受ける授業があります。
- 心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300以上の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

資料を無料で差し上げています。お気軽に放送大学島根学習センターまでご請求下さい。

出願期間

- 第1回 11月26日(火) ~ 令和7年2月28日(金)
- 第2回 令和7年3月1日(土) ~ 3月11日(火)

お問い合わせ先

島根学習センター
☎ 0852・28・5500



ご芳志

西ノ島町社会福祉協議会へ次の方々からご寄付をいただきました。謹んで厚くお礼申し上げます。

香典返しとして

金一封 扇谷 順子 様 赤ノ江

一般寄付として

金一封 齋藤 幸子 様 東京都
 金一封 塚本 正俊 様 船 越
 金一封 小島 由美子 様 船 越

戸籍の窓

(令和6年10月届出分) (敬称略)

おくやみ

間瀬 トモ子	95歳	船 越
塚本 幸恵	86歳	船 越
日當 秋信	90歳	赤ノ江
平木 堅	74歳	船 越



ふるさと西ノ島基金
わがまち

「ふるさと西ノ島基金わがまち」にご寄付を頂きました。

令和6年度分

寄附者及び寄付金総額
(10月末現在)

862名
15,746,000円

ありがとうございます。
政策企画課

税務・保険年金係からのお知らせ

12月分の税金・各種料金の納期限は、表の通りです。(定期口座振替日は12月30日(月)、再振替日は1月10日(金)です。)
 納税通知書等で金額をご確認いただき、今一度、通帳残高をお確かめいただき、すよう、よろしく願います。
 町税等には納め忘れない、『口座振替』をお勧めしています。
 納付等に関するご相談は町民課までご連絡ください。



担当課	納期限	税金・各種料金
町民課 6・0103	12月25日(水)	<ul style="list-style-type: none"> ●町県民税 4期 ●国民健康保険料 9期 ●後期高齢者医療保険料 6期 (普通徴収の方)

マイナンバーカード
(10月末現在)

交付人数 2,274人
 交付率 89.2%
 町民課



西ノ島町の広報誌に広告を掲載してみませんか?

- お店の紹介
- イベント広告
- メンバー募集
- ひと月だけでもOK

詳しくは、お問い合わせください。

西ノ島町役場 政策企画課
08514-6-0028

※掲載スペースには限りがありますので、申込多数の場合は先着順とさせていただきます。

社員募集

【募集職種】

西ノ島町内水道施設の維持管理業務

EMOTION
SMILE
HUMAN
FUTURE

カナツ技建工業株式会社

松江市春日町636

☎(0852)25-5555

まずはお気軽にお電話ください

あなたと一緒に!



【勤務先】

西ノ島町または、隠岐の島町の事業所へ勤務

個別相談大歓迎です。

まずはお気軽に連絡ください。



中電プラント株式会社

人事担当：久保田

電話 080-5062-6508

メール e59253@cpc.gr.energia.co.jp

