

CONTENTS

- 2 特集／ふるさと納税で小林をもっと元気に！
- 6 成人式・二十歳を祝う集い
- 10 新型コロナワクチン3回目接種が本格化



私たちの暮らしを支えるふるさと納税

小林市のふるさと納税では、寄付者が7つの寄付金の使い道を選択することができます。寄せられた寄付金は、寄付者の意向に沿った形でさまざまな事業の財源として活用されています。

令和3年度に寄付者が選んだ使い道

-  安心して子どもを産み育てることのできる子育てにやさしいまちづくり (31.4 億円)
-  教育環境の整備を図り、将来を担う子どもたちが積極的に学ぶことができるまちづくり (7 億円)
-  災害に強く、安心安全に暮らせるまちづくり (5.2 億円)
-  市長におまかせ (32.7 億円)
-  豊かな自然環境や文化を後世に残すまちづくり (9.6 億円)
-  産業の活性化を図り、地域経済の発展に取り組むまちづくり (6 億円)
-  健康で健やかな生活を送り、一人ひとりが生きがいの持てるまちづくり (5.2 億円)

寄付者の意向をもとに事業を実施

例えばこんな事業に使われています！

てなんど小林学校給食応援事業



小・中学生の学校給食費を半額助成し、保護者の負担を軽減しています。(小学生1人当たり年間約2万3500円、中学生1人当たり約2万7千円を助成)

子ども医療費助成事業



未就学児や小・中学生の保険診療分の医療費を一部助成することで、子どもの健全な発育を促進しています。(薬局は全額助成)

家畜衛生対策事業



「畜産のまち小林」を支える畜産農家を支援するため、家畜の疾病予防・伝染病の発生防止のための各種ワクチン接種の推進や薬剤を配布しています。

ふるさと納税でつながる絆

寄付者のなかには、寄付をつうじて小林のファンになってくれる人も。ふるさと納税のポータルサイトのひとつに寄せられた、寄付者からの温かいメッセージを一部ご紹介します。

おいしいお肉がとれる素敵なまちですね。九州に伺った際はぜひお邪魔したいです。

すばらしい自然に恵まれ、豊富な食材が育つ地域がずっと残ってほしいという思いで寄付させていただきます。

ネットで小林の方々の温かさや活気を感じ、素敵なおところだなと思いました。返礼品を通じて応援します！

未来の子どもたちに夢のあるまちをつくってあげてください。

生産者の皆さんを応援しています！

以前も美味しい宮崎牛をいただきました。今後も寄付を続けます！

ふるさと納税で小林市を知りました。応援してます！

親が太陽のタマゴの大ファン。来年も食べさせてあげたいです。



特集

まちも寄付者もうれしいふるさと納税で 小林をもっと元気に！

ふるさとや応援したいまちに寄付をすると、寄付金額に応じて所得税や住民税の控除・還付が受けられ、寄付先の自治体から特産品などがもらえるお得なふるさと納税制度。

今回の特集では、ふるさと納税で寄せらせた寄付が私たちの暮らしにどう役立てられているかや、寄付額アップに向けた取り組みを紹介します。

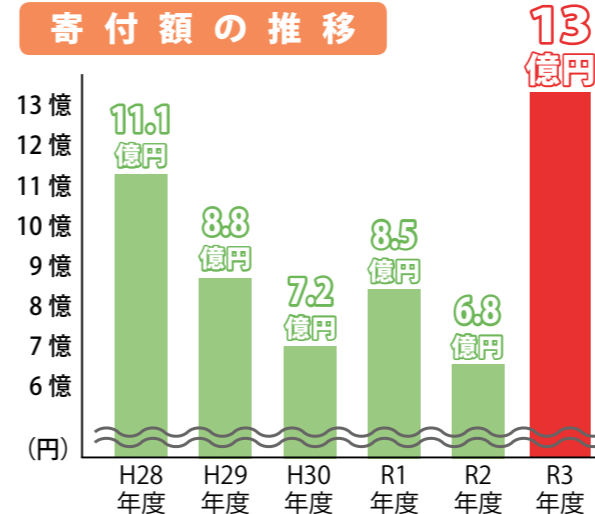
令和3年度寄付額

令和3年12月末現在

13億457万円

(前年比197%)

寄付額の推移

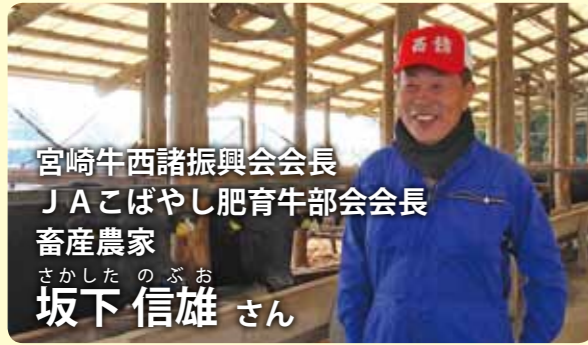


「生まれ育ったふるさとに貢献できる」、「自分の意思で応援した自治体を選べる」制度として平成20年度にはじまったふるさと納税制度。本市にとっても、まちの魅力発信や地域経済活性化の有効なツールであり、子育てや地域活性化のためのさまざまな事業の重要な財源になっています。

近年では、コロナ禍での巣ごもり需要の高まりなどもあり、全国の自治体間で競争がさらに過熱。本市でも、平成20年度の制度開始当初からふるさと納税に取り組んできましたが、平成28年度以降寄付額が減少傾向にありました。

令和3年度は、効果的なプロモーションの実施や寄付者のニーズに沿った形への返礼品の見直しなどをおして、市内の特産品の魅力発信を強化。その結果、寄付額は13億457万円(12月末現在)と、過去最高を更新中です。

返礼品の見直しや効果的なプロモーションでふるさと納税寄付額が過去最高を更新中！



宮崎牛西諸振興会会長
JAこばやし肥育牛部会会長
畜産農家
さかしたのぶお
坂下 信雄 さん

全国の人に小林や宮崎牛の魅力を知ってもらうことができ、うれしく思います。また、ふるさと納税をつうじて市へも貢献できていると思うと、生産者として作り手冥利に尽きます。

市のふるさと納税担当や畜産担当も一所懸命なので、我々畜産農家も負けずに若手・ベテラン丸となって、さらに良いものをつくりたいと気持ちがあがっています。



西諸の若手果樹農家の団体「ぐれーぶ」代表
果樹農家
たねだけんたろう
種子田 健太郎 さん

ふるさと納税をきっかけに、いろいろな品種にチャレンジしています。

新品種へのチャレンジは難しいため、若手果樹農家でつくる「ぐれーぶ」の仲間同士で教え合いながら、全員でよりよいものを作っています。

これからも、他では作っていないような品種にもチャレンジしながら、常にいいぶどうと梨を作っていきたいです。

小林のファン獲得で寄付額アップ

小林の魅力ある風景やふるさと納税のお得な情報を発信することで、ファン獲得を目指しました。

ファンサポーターズクラブ

出身者や小林市を好きになってくれた人たちのためのファンクラブ「こばやしファン・サポーターズCLUB」。ふるさと納税をきっかけとして会員数が大きく増加しました。会員に対してふるさと納税のお得な情報を定期的に発信することで、リピーターになってもらうことも…

会員数
12,544 人

(令和3年3月31日時点)



▶▶ **18,500 人**

ふるさと納税 Twitter

公式 Twitter アカウント「宮崎県小林市ふるさと納税オフィシャルナビ」をリニューアル。返礼品情報だけでなく、プロモーション企画との連動や小林市の魅力をゆる〜くつぶやくことでファンを獲得し、情報発信力が大幅にアップしました。

フォロワー数(年度当初)

50 人

▶▶ **3,550 人**

ふるさと納税寄付額アップへ向けた 令和3年度の取り組みの一部をご紹介します

事業者の返礼品開発支援で寄付額アップ①

事業者同士のコラボによる新返礼品の開発を支援。事業者の強みを融合し、新しい商品開発を行いました。

NEW! **例之ば**
風月堂 (APOP) × あき酒造
焼酎パウンドケーキ・焼酎生チョコ



新商品として、今年のパレンタインデーの時期に出品を予定しています。

効果的なプロモーションで寄付額アップ

お肉に恋しようキャンペーン

令和3年10月から「お肉に恋しようキャンペーン」を開催。公式 Twitter などと連動し、寄付者に生産者への応援メッセージを寄せてもらったり、寄付者自身に小林のお肉の魅力を発信してもらう取り組みを行いました。お肉をつうじて、小林のファンが増加中です。

事業者の返礼品開発支援で寄付額アップ②

事業者にアドバイスなどを行い、全体の約70品目に当たる280品目の見直し・入れ替えを実施。寄付者のニーズに沿った商品を出品することで、寄付額アップを目指しました。

ふるさと納税主要ポータルサイトの全国約30万点の返礼品の中から、小林市産宮崎牛3品目が人気総合1位を獲得!



全国の返礼品のなかで
人気総合1位を獲得!



二つ目は、寄付に対する返礼品事業で地場産業が活性化されます。宮崎牛やマンゴー・メロンなどの農畜産物をはじめ、水や木製品、菓子などといった小林ならではの地場産品が返礼品として寄付者の元に届けられています。リピーターとして毎年寄付くださったり直接購入いただくなど、地域経済の好循環を生み出しています。

最後に、寄付金が市の自主財源になっています。自治体運営では、使途が限定されず、自治体の裁量で事業執行ができる財源は大変貴重です。子育て支援や教育環境の整備など、市独自事業の実施に欠かせない財源ですので、少しでも多くの寄付をいただくことが重要です。

これらのことから、今後ふるさと納税にしっかりと取り組んでいきます。市民の皆様にも、市外にお住まいのご家族やご友人に「ふるさと納税は小林に!」と一言お声掛けいただければうれしいです。

全国の皆様の応援が
まちの元氣になっています

これまで延べ約23万6千人の皆様にふるさと納税を寄付いただき、寄付総額は約62億4千万円となっています。(令和3年12月末現在)

出身者や本市と関わりのある方など、小林を応援したいという皆様のエールに感謝いたします。ふるさと納税がもたらすさまざまな効果のうち、特に3つを紹介します。

一つ目は、小林の豊かな自然やその自然に育まれた農畜産物など、これまで伝えきれなかったまちの魅力を全国の皆様に知っていただく機会になっています。また、寄付をきっかけに小林のファンになっていただき、その後の関係性を築くことにもつながっています。



地方創生課
もりおか やすし
森岡 康志 課長



令和4年 Photo Album 小林市成人式

平成13年4月2日～平成14年4月1日までに生まれた人
◆対象者 452人



西小林中卒業生の皆さん



永久津中卒業生の皆さん



二十歳の誓い



お祝いの言葉



東方中卒業生の皆さん



小林中卒業生の皆さん



野尻中卒業生の皆さん



三松中卒業生の皆さん



紙屋中卒業生の皆さん



細野中卒業生の皆さん



須木中卒業生の皆さん

感謝を胸に門出祝う
1月5日、成人式が文化会館で行われ、新成人323人が出席しました。会場では、久しぶりに再会した友人たちと写真を撮ったり、思い出話に花を咲かせる姿が見られました。式典の二十歳の誓いでは、松山佳聖さんと小野塚盟さんが登壇。「感謝の気持ちを忘れず、励ましの言葉を胸に刻んで、これからの人生を誠実に強く生きていきます」と誓いました。また、栗須小5年の岩切姫伽さん、村上怜杏さん、方森志陽さんが「私も成人した時は、本日のみなさんのように立派な大人になって、小林市の役にたてるようになります。」とお祝いの言葉を伝えました。

人生の新たな門出を迎えた新成人。大人への道を力強く歩み始めました。

令和3年 Photo Album 二十歳を祝うつどい

平成12年4月2日～平成13年4月1日までに生まれた人
◆対象者 479人



1年越しに成人者を祝う集い
成人式の前日1月4日は、令和3年の成人者を祝う「二十歳を祝うつどい」が文化会館で行われました。昨年1月・8月と延期と

なった成人式の代わりの式として開催。出席者を代表して、市のPR大使でK・1ファイターとして活躍する寺田匠さんが「故郷を思いながら、希望に向かって突き進むことを誓います」と大人としての決意を述べました。

募集

令和4年度指定地域密着型サービス施設の開設・増築を募集

令和4年度に指定地域密着型サービス施設の開設、または増設を希望する事業者の公募を行います。今回は、認知症対応型共同生活介護（グループホーム）を開設、または増設する事業者を公募します。公募要領など詳しくは、2月1日以降市ホームページに掲載します。

●申・問・長寿介護課
TEL 23・1140

市公式ホームページが新しくなります

検索機能の強化など、より使いやすくなります。詳しくは広報こぼやし3月号で紹介します。

◆公開予定日 2月18日（金曜）午後

講座・催し

小林市民大学 健康学部
マインドフルネス

ストレス緩和や集中力を高める効果もあるマインドフルネス（瞑想）と一緒に学んでみませんか？ マインドフルネスのメカニズムと実践方法を体系的に学び、集中力・創造力・ストレス対処力・幸福感を高められるワークショップなどを行います。

◆日程 2月19日（土曜）13時30分～15時

◆講師 ジェフリー・ポールさん

◆場所 TENAMUビル2階交流スペース

◆対象 市内在住・在勤の人

◆定員 14人（先着順）

◆費用 300円

◆申込方法 窓口か電話

◆申・問
TENAMUビル2階交流スペース
TEL 22・1076

西南戦争と七熊山

今年度行われた調査により、須木地区七熊山で西南戦争の銃撃戦跡が発見されました。県埋蔵文化財センターと市教育委員会ではこの調査成果と当時の七熊山の様子を知ってもらうためのパネルと出土銃弾の展示を行います。ぜひ来場ください。

◆展示場所・期間
市役所本庁舎1階交流スペース
2月14日（月曜）～2月25日（金曜）

◆日時 9時～17時

◆費用 無料

◆申・問
社会教育課
電話 22・7912

案内

トマト類の害虫にご注意ください

トマトキバガという害虫が、12月に初めて宮崎県内の一部地域で確認されました。幼虫は葉に潜り、ハモグリバエ類とは異なる葉のエカキ症状を示します。また、繁殖能力が高く、幼虫は果実の中間部に潜り込むため、多発生すると防除が困難になります。被害が拡大する前の早期発見にご協力ください。

被害の特徴

幼虫が葉に潜って食害し、薄皮を残して透けた状態になる。果実では、ヘタと果実の隙間付近から果実内に侵入することが多い。

卵～成虫までの期間

24～38日

◆海外で報告されている寄主植物
トマト、タバコ、ナス、ピーマン、パレイシヨなどのナス科植物、マメ科のインゲンマメなど

トマトキバガの成虫・幼虫と食害の様子



葉の食害（大きなエカキ）



果実の食害（幼虫の侵入）



幼虫（8ミリ）



成虫（5～7ミリ）

怪しい症状や虫を見つけたとき、不明な点があるときは、問い合わせください。

問

JACばやし本所 園芸課
TEL 23・1318
西諸県農業改良普及センター
TEL 23・5105

その他

嘱託員の募集

大淀川左岸土地改良区では主に会計経理や庶務に従事する嘱託員を募集します。

募集期間

2月14日（月曜）～3月4日（金曜）8時30分～17時15分

※ただし、土日・祝日を除く

場所

大淀川左岸土地改良区

対象

年齢・性別を問いません。

申込用紙配布場所

大淀川左岸土地改良区事務局
か小林市野尻庁舎地域整備課

申込方法

所定の申込用紙に必要事項を記入し持参または郵送 ※郵送の場合は3月4日の消印まで有効

申・問

大淀川左岸土地改良区事務局（宮崎市高岡町高浜836・3）
TEL 0985・82・5422

県下一斉電話 無料相談会

宮崎県司法書士会では、宮崎地方方法務局と共催で電話による無料相談を開催します。

相談内容

不動産の相続登記、会社・法人の登記、成年後見に関すること

◆対象 誰でも利用可能

◆相談会日時 3月6日（日曜）10時～15時

◆予約受付期間 2月14日（月曜）～2月28日（月曜）

※事前予約が必要です ※祝日を除く

申・問

宮崎県司法書士会
TEL 0985・28・8538



3か国語を追加 ごみ分別アプリ「さんあ～る」
「さんあ～る」は、ごみ分別に便利なアプリです。ごみの出し忘れをふせぐアラーム通知や分別の方法が検索できます。1月からは3か国語（英語・中国語・ベトナム語）でも使えます。
●問い合わせ・生活環境課 TEL 0984-23-8122
QRコードからダウンロードして、アプリ内で「新規登録」から住んでいる地域を選択してください→

詐欺かも!? その電話
県内でも「当選金の受取手数料」「インターネットセキュリティ料」「税の還付金」などの名目でATMを操作させる詐欺が増加しています。相手は誰かに相談させないよう、言葉巧みに誘導してきます。電話での請求などで少しでもおかしいな?と思ったら、すぐ電話を切って相談窓口にご相談ください。
消費者ホットライン 188
または 西諸地域消費生活相談窓口 TEL 23-1179

人のうごき（小林市の人口）
人口 42,978人 (-36, -587)
男 20,057人 (-9, -230)
女 22,921人 (-27, -357)
19,108世帯 (-12, -41)
令和4年1月1日現在現住人口 (前月比、前年同月比)
現住人口：国勢調査人口（実際に居住している人口）を元に、その後の転入・転出、出生・死亡などを増減して算出する人口。
※令和2年10月1日に公表された「令和2年国勢調査確報値」を反映

火災・救急発生状況
種別 12月 累計 昨年
建物 2 14 +3
林野 1 5 +2
車両 0 1 -1
その他 1 12 +2
救急 189 1927 -83

交通事故発生状況
種別 12月 累計 昨年
人身 20 190 -39
物損 93 872 -56
死者 1 1 -2
負傷者 24 219 -48
全国死者 2636 (昨年同月比 -203)

【ご注意ください！】新型コロナウイルス感染症の状況によって、記載の催しなどが中止・延期の場合があります。詳しくは各問合せ先に確認ください。



同団は自己研さんや地域貢献活動をとおして、自ら考え行動できる人材育成を行っており、その活動や団体の団結力などが評価されての受賞となりました

ガールスカウトが県社会教育優良団体表彰を受賞

地域での社会教育の振興に貢献し、顕著な業績を有する社会教育関係団体に贈られる、『宮崎県社会教育優良団体表彰』をガールスカウト宮崎県第14団（小林市）が受賞しました。少女と若い女性の健全育成に関わる社会教育団体として平成18年に発団。積極的な地域活動でイベントの応援や、福祉・環境問題にも取り組んでいます。

若い力の後押しを！各高校に寄付

12月14日、市区長会が体育・文化振興のために市内3つの高校（小林高校、小林秀峰高校、小林西



高校）へ寄付を行いました。橋ノ口孝一区長会長は「区・組加入世帯の協力によるもの。子どもたちのために役立ててほしい」と話しました。

イルミ×食×音楽で特別なクリスマス

12月25日、小林駅南でイルミネーションを見ながら食事や音楽が楽しめる「ILLUMINA CHEISTMAS」が開催



されました。参加者は、キッチンカーなどで販売された温かい食べ物などを味わいながら、地元シンガーによるクリスマスソングを楽しみました。

市の社会教育の推進に貢献 里岡さんが社教連合表彰を受賞

社会教育委員として、地域の発展に貢献した人に贈られる、『全国社会教育委員連合表彰』を本市社会教育委員の里岡洋子さん（真方）が受賞しました。里岡さんは社会教育委員を平成14年から19年以上努め、同委員副会長やその他のボランティア活動を精力的に取り組むなど、市の社会教育の推進に貢献する活動が認められました。



里岡さんは、文化連盟事務局や文化会館のホールボランティア、文化財ガイドボランティアなどの活動も長く続けています

自分で描いたイラストが動く アニメーション制作体験イベント開催

12月25日、小林まちづくり株式会社主催のアニメ制作体験イベント「Xmas こばやしアニメスクール」が開催され、16組32人が参加しました。講師は「みやざきアニメ塾」を運営する株式会社RICEFIELDが務め、参加者は無料のアプリを使ってテンプレートをなぞったり絵を描き加えたりしながら、アニメーションを制作しました。



参加した小学5年の松田悠志さんは「自分の描いた絵を動かしたくて参加しました。これからもアプリでアニメを描いていきたい」と話していました

新型コロナワクチン 3回目接種が本格化しています



現在、医療従事者や高齢者施設入所者・従事者へ3回目接種を行っています。また、65歳以上の高齢者については、6月30日までに2回目接種を終えた人へ接種券を発送済みです。接種券の発送状況については、市ホームページ（右上QRコード）から確認できます。

2月・3月に国から供給されるワクチンは、ファイザー社が4割、武田／モデルナ社が6割となっており、希望するワクチンによってはすぐに接種できない場合があります。また、接種体制やワクチン供給量の関係などから、接種医療機関・接種可能日などに限りがありますのでご了承ください。

●問＝新型コロナウイルスワクチン接種推進室 Tel.24-5007

3回目接種の安全性と効果は？

3回目接種では1・2回目に接種したワクチンの種類に関わらず、ファイザー社か武田／モデルナ社のワクチンを使用します。

厚生労働省によれば、どちらのワクチンも、3回目接種後の7日以内の副反応は、一部の症状の出現率に差があるものの1・2回目接種とおおむね同様の症状が見られました。

発現割合	ファイザー社 3回目接種後の症状	武田／モデルナ社 3回目接種後の症状
50%以上	疼痛 (83.0%) 疲労 (63.7%)	疼痛 (83.8%) 疲労 (58.7%) 頭痛 (55.1%)
10～50%	頭痛 (48.1%) 筋肉痛 (39.1%) 悪寒 (29.1%) 関節痛 (25.3%)	筋肉痛 (49.1%) 関節痛 (41.3%) 悪寒 (35.3%) リンパ節症 (20.4%)
1～10%	38度以上の発熱 (8.7%) 腫脹 (8.0%) 発赤 (5.9%) リンパ節症 (5.2%)	38度以上の発熱 (6.6%) 腫脹・硬結 (5.4%) 紅斑・発赤 (4.8%)

安全性

効果

3回目接種をした人はしていない人に比べて、新型コロナウイルスに感染する人や重症化する人が少ないと報告されています。

1・2回目と違うワクチンを接種した場合の安全性と効果は？

イギリスで、2回目接種から12週以上経過したあとにさまざまなワクチンを使って3回目接種を行った場合の研究が行われ、その結果が報告されています。

安全性

3回目の接種後7日以内の副反応は、1・2回目と同じワクチンを接種しても、異なるワクチンを接種しても安全性の面で許容できると報告されています。

効果

1・2回目にファイザー社ワクチンの接種を受けた人が、3回目でファイザー社ワクチンの接種を受けた場合と、武田／モデルナ社ワクチンの接種を受けた場合のいずれにおいても、抗体価が十分上昇しました。

ワクチンの組み合わせ			抗体価 上昇↑
● → ● → ●	● → ● → ●	● → ● → ●	
ファイザー	ファイザー	モデルナ	↑
● → ● → ●	● → ● → ●	● → ● → ●	
ファイザー	ファイザー	ファイザー	

※厚生労働省「追加（3回目）接種に使用するワクチンについてのお知らせ」から作成

地域を守るボランティア 消防団員を募集しています

市消防団では、新入団員を募集しています。消火・救助・防災活動などを行う団員のほか、女性消防団員、式典などで活躍中のラッパ隊も募集しています。

「自分のまちは自分で守ろう」という意気込みのある人やボランティア精神のある人、消防団に入団してみませんか。詳しくは、危機管理課まで問い合わせください。

◆消防団員とは？

本業を他にもつ人が、消防団員として活動します。火災・地震・台風などの災害発生時、消防署と一体となり、迅速に消火活動や救助活動を行います。また、災害を未然に防止するため、火災予防の広報や地域の防災訓練に参加しています。

市消防団は、25の部や女性団員、支援団員（ラッパ隊を含む）により構成されています。
※ラッパ隊員は式典やイベントで演奏のみの活動です。一般団員との兼務も可能です。

◆報酬などの支給

年間一定の金額が報酬として支給、また災害や訓練の出動時には手当が支給されます。

◆公務災害補償

活動中の負傷や事故は補償制度があります。

◆入団資格

18歳以上で、小林市内に居住か勤務する人。男女は問いません。

◆問い合わせ

危機管理課 TEL 23 - 1175



安心安全の誓いを新たに 2年ぶりに消防団出初式開催

1月9日、令和4年消防団出初式が訓練広場で行われました。当日は感染症対策のため、例年より人数を制限して開催。勤務成績優秀者に贈られる県知事表彰をはじめ、各種表彰があったのち、市長から「複雑かつ多様化する大規模災害に備え、奉仕的消防精神を堅持し、一層の精進をお願いします」と団員への訓示がありました。



式の最後に行われた一斉放水では代表となった4つの部が、新春の空に4色の水を放水し、令和4年の消防団活動の始まりを告げました

落語を鑑賞し自ら挑戦

1月11日、須木総合ふるさとセンターで須木中学校の生徒が落語を鑑賞しました。上方落語と英語落語の公演後は、生徒が落語の仕草に挑戦。3年の前田理稀さんは、「臨場感を出して蕎麦をすする演技が難しかった」と感想を述べました。



お気に入りの陶磁器を制作

1月18日、須木総合ふるさとセンターですき学園の陶芸教室が行われました。有馬晴成さんを講師に迎え、参加者は茶碗や小皿など思い思いに製作しました。ペン立てを作った富永二十六さんは「完成したら大切に使いたい」と話しました。



郷土の誇りを胸にチームでつないだ 12 区間 第 12 回宮崎県市町村対抗駅伝競走大会

1月10日、県内の市町村代表ランナーがしのぎを削る「市町村対抗駅伝競走大会」が2年ぶりに宮崎市で開催されました。市からは、予選を勝ち抜き選ばれた小学生から50歳代の12人が、第3回大会以来の優勝を目指し出場。序盤からトップ争いを繰り広げましたが、惜しくも3位となりました。レース中は12区間で5区間で区間賞をとるなどの素晴らしい走りをみせました。



熟練の技術をマイスターに学ぶ

12月16日、優れた技能と経験を持つ「ものづくりマイスター」による体験教室が紙屋中学校で開催されました。生徒たちは6人のマイスターに教わりながら、ミニ造景と切り絵制作に取り組み、ものづくりに対する理解を深めました。



交通事故ゼロの決意を新たに

1月6日、交通安全の意識を高め、交通事故のない地域になるよう祈願する、交通安全祈願祭（主催：小林地区交通安全協会野尻支部）が紙屋地区の石瀬戸交通安全地蔵前で行われました。歩行者の道路横断などに十分注意しましょう。



◆出場選手（★=区間賞）

1区内村 凌（★区間新）、2区春田 珠空、3区後藤 秀波、4区中尾 陽伽、5区堀之内 邦洋（★区間タイ）、6区鶴 優希（★）、7区園田 亮介、8区池間 凜斗（★）、9区河島 椿、10区松田 佳樹、11区今村 洸士郎（★区間新）、12区一篠 空音



福祉への関心を育てる活動

12月27日、体験を通して思いやりの心を育むことなどを目的としたボランティア体験（主催：社会福祉協議会）が行われました。市内小・中学生23人が参加。市内各所での街頭募金活動や、高齢者施設へ贈るしめ縄を作成しました。



現地の話を聞き未来を考える講演会

1月13日、細野中学校でよりよき未来を考える講演会が行われました。国連難民高等弁務官事務所ヨルダン事務局に勤務する進藤弘騎さんが、現地からオンライン講演を行い、世界の貧困や難民問題など現地の実情について話をしました。



●納付・納税・年金 ほけん課 Tel 23-0116 税務課 Tel 23-0115 市民課 Tel 23-1112

種類	月日	場所	時間	備考
休日納付・納税相談窓口	2月20日(日)	ほけん課・税務課窓口	8:30～17:15	※毎月第3日曜日
年金移動相談 ※要予約	2月17日(木)	市役所本館1階相談室	10:00～14:40	予約:都城年金事務所

※年金移動相談は、感染症予防のため休止になる場合があります。事前に都城年金事務所(Tel 0986-23-2571)に確認ください

その他のイベント

◆二原遺跡公園公開日

2月20日(日)
9:30～11:30



農地移動申請

場所 農業委員会事務局
時間 9:00～17:00
受付開始日 2月7日(月)
受付締切日 2月14日(月)

税・保険料の納付期限

※納期限は2月28日(月曜)です。
介護保険料 8期
国民健康保険税 8期
後期高齢者医療保険料 8期

これは何ごみ? 答え

市では『収集・処理・処分』
できません

詳しくは令和3年度改定ごみ分別「虎の巻」21ページまたは、ホームページを参照ください。

※キーボード・マウス・プリンターなどの周辺機器は『燃やさないごみ』です。

●問=生活環境課 Tel 23-8122

市公式 SNS

公式フェイスブック・ツイッター『よかとこ小林市』でも、まちの話題や役立つ情報を発信中!



「よかとこ小林市」で検索

●人権・行政・なやみごと相談 市民課 Tel 23-1141

月日	曜	種類	会場	時間
2	15 火	人権・なやみごと	市役所東館1階相談室	10:00～15:00
	22 火	人権・なやみごと	市役所東館1階相談室	
	1 火	人権・行政・なやみごと	須木総合ふるさとセンター	
3	3 木	人権・行政・なやみごと	野尻町保健福祉センター	
	8 火	人権・なやみごと	市役所東館1階相談室	

ひとりで悩まずお話しください

◆こころの電話相談

毎週月曜 20:00～22:00
●問: NPO 法人こぼやしハートム

☎27-1850

◆宮崎いのちの電話(年中無休)

日・月・水・金 21:00～(翌朝)4:00
火・木・土 18:00～(翌朝)4:00
●問: NPO 法人宮崎いのちの電話

☎0570-783-556

その他の相談会や集い(参加希望者は事前に連絡ください)

- 小林保健所の相談会(場)小林保健所(☎23-3118) : 小林こすもす家族会
- ▼アルコール家族教室(アルコールで悩む本人・家族) : 精神疾患で悩まれている家族の「思い」を共有する集い
 - ☎毎月第2火曜(時)13時30分～15時30分
- ▼ひきこもり・こころの健康相談 : 毎月第2水曜(時)13時30分～15時30分
- ▼わかちあいの会(自死遺族のつどい) : 毎月第4木曜(時)13時～15時
- 市民活動支援センター : ☎Tel 080-6423-5858

令和3年12月末寄付 社会福祉事業寄付者(敬称略)

●忌明け寄付

氏名(亡くなられた方・年齢)

時任ノリ(一則) 眞方 57
西藤勝信(ふみ) 細野 103
富永ハツ子(隆) 東麓 85
中森ふみえ(川添イツ子) 92
重松武志(ミヨ子) 三ヶ野山 77
福澤伸子(隆一) 堀 58
山中實千代(坂田セツ子) 91
種田レイ子(正信) 北西方 85
下湯トシ子(貞昭) 紙屋 80
帖佐菜子(秀一) 細野 76
高妻幸子(久人) 東麓 84
谷山龍人(タツエ) 三ヶ野山 100
留野京子(俊光) 三ヶ野山 77

●物品寄付

折口雅信
おろち子
大丸誠子
春田邦年
川野利男
行徳喜一
米永郁夫
匿名

●一般寄付

福祉のために
小林市赤十字奉仕団
代表 本田澄子
福祉用具のお礼
八重尾セキ
福祉のために
西小林中32年卒
32会当番 高城
介護用ベッド借用お礼
淵上徳子
ラーメン
キャベツ

●お返し

お返しは左のページ

リサイクル日程

生活環境課 Tel 23-8122
小林市清掃工場 Tel 24-0959
須木住民生活課 Tel 48-3132
野尻住民生活課 Tel 44-1100

区	2月	3月
水流迫、東方1・2	1	1
真方1・2・3	2	2
南西2・3、通り町	3	3
南西1の西、南西4本町、新生町	3	4
南西1の東、種子田	4	7
北西1・3、緑町	7	8
北西2、坂元	8	9
西町1・2・3 南島田	10	10
仲町、永田町、後川内	9	11
細野2・3、南真方	14	14
細野1、南真方西	15	15
南真方東 上町・上町西	16	16
上町中、上町東 上町北	17	25
西堤、南堤	25	29
北堤	25	30
野尻地区(第3日曜)	20	20
須木地区(第4日曜)	27	27

今月の これは何ごみ?



「パソコン(ノートPCやデスクトップPC本体)・ディスプレイ」
(答えは左のページ)

すこやかカレンダー 健康推進課 Tel 23-0323

●育児・親子健康日程

種類	月日	時間	会場
妊婦健康相談	毎週月曜	9:00～11:30	小林市保健センター
母子健康手帳発行	(祝日除く)		
赤ちゃん健康診査	2月17日(木)		
1歳6か月健康診査	3月3日(木)	※個別に案内していますので詳しくは問合せください	
3歳児健康診査	2月10日(木)		
歯っぴ〜教室	2月15日(火)	受付: 13:00～13:30	
キッズフロア	3月2日(水)	受付9:30～11:00	
もぐもぐクッキング	2月16日(水)	基礎編・受付(要予約) 13:45～14:00 応用編・受付(要予約) 14:45～15:00 ※予約制のため詳しくは問合せください	
沐浴体験	2月21日(月)		

●にこにこ運動教室(13:30～15:30)

問: 社会福祉協議会野尻支所 Tel 44-1206

場所	2月	3月
野尻町保健福祉センター	15日、22日	1日、8日

●健康相談

「健診結果が気になる」「食事のことが知りたい」「どんな運動をすればいいか」など、健康について気になることを気軽に相談ください。

月日	曜	種類	会場	時間
平日(祝日を除く)		健康相談(体組成計・血管年齢測定)	小林市保健センター	8:30～17:15(要予約)
2 10	木	まちの保健室	テナムビル2階 交流スペース	13:30～15:30
2 24	木			

※「まちの保健室」は、感染症の状況によっては中止になる場合があります

日曜祝日在宅当番医(原則として9時から17時)

月日	曜	在宅医	電話番号
2 11	金	榎内視鏡内科医院	22-2819
		整形外科フレンドクリニック	22-3132
2 13	日	柵山医院	22-2503
		堀胃腸科外科医院	23-3988
2 20	日	押川病院	44-1005
		小林泌尿器科クリニック	25-0505
2 23	水	整形外科前原病院	23-1711
		池田病院	23-3535
2 27	日	小林保養院	22-2836
		よしむら循環器内科クリニック	27-3339
3 6	日	くすもと内科クリニック	23-1115
		野尻中央病院	44-1141

※変更になる場合もありますので、各医療機関にご確認ください

やっばい
元気がよか!

健康づくり
はじめる
10分から

市の介護予防の
取り組み
第5弾

【写真】身体活動の例



厚生労働省は健康寿命を延ばすために+10(プラステン)を推奨しています。+10とは、現在の生活に10分間の身体活動を取り入れることです。普段から元気に体を動かすことで、糖尿病や心臓病、脳卒中やがんなどのリスクを下げるすることができます。生活に支障が出ない程度で無理のない活動を取り入れ継続することが大切です。

身体活動とは、安静にしている状態より、多くのエネルギーを消費する全ての動作のことです。例えば今まで座って行っていた活動を立ち作業に変えることも活動量の増加につながります。また、普段は自動車で移動しているのを徒歩に変えてみることや階段を利用することなども一つの方法です。

ちなみに10分間の運動で1000歩の運動量に相当すると言われています。詳しくは厚生労働省のホームページにあるアクティブガイドという資料を参照ください。

+10を運動に置き換えるのであれば足腰の筋力を維持することが大切です。足腰には大きな筋肉が多く、鍛えることで動きやすく、疲れにくく、転びにくい体を作ることができます。(写真参照)

負荷量は、翌日に疲労が残らない範囲で少しきついくらい(うっすら汗が出る程度)が良いとされています。現在の生活や身体活動を見直す良い機会です。

健康のために今からできることを少しずつ取り入れてみましょう。

福祉情報をお届けします

社協タイムズ

相談・出前講座承ります
日常生活自立支援事業
成年後見制度



「成年後見センターこばやし」では、成年後見制度と日常生活自立支援事業(あんしんサポートセンター)を実施しています。認知症や知的障がい、精神障がいなどにより判断能力が不十分な人に対して、安心した生活ができるようサポートします。

◆成年後見制度

- ・法人(小林市社会福祉協議会)が成年後見人等として就任します。
- ・財産管理と身上保護を行います。
- ・成年後見人等は家庭裁判所が選任します。

◆日常生活自立支援事業

- ・福祉サービスの利用援助、書類等預かり、日常的な金銭管理を行います。
- ・本人との契約により利用することができます。

●問・小林市社会福祉協議会成年後見センターこばやし
Tel 23-5172

◆相談

制度に関すること、暮らしの困りごとなど、無料で相談対応いたします。「どこに相談していいかわからない」という悩みもぜひご連絡ください。(受付:平日8時30分~17時)

◆出前講座

学校や会社、公民館、ご自宅など、どこでも講座を行うことが可能です。職員が無料で訪問し、制度や事業のことを分かりやすく説明します。

元気の知恵袋

つづが虫病に
注意しよう



つづが虫病は、草むらや草木のよく繁った場所でツツガムシ(ダニの一種)に刺されておこる病気です。

宮崎県を含む南九州は、つづが虫の患者が全国でも多い地域です。発生時期は11月をピークとして冬期に多くなっています。小林保健所管内でも10月以降に24例の報告があり、県内で最も多い発症者数となっています。

つづが虫の予防のために野山や畑、河川敷などに出かけるときは次のことに注意しましょう。

- 1 素肌の露出を避けるために長袖、長ズボン、長靴、手袋などを着用しましょう。
- 2 肌の出る部分には、防虫スプレーを使用しましょう。
- 3 ツツガムシは衣類の隙間から入り込んで、内股、脇の下など皮膚の柔らかい部位を好んで刺します。帰宅後は、なるべく早めに風呂に入

り、身体をよく洗い、皮膚に刺し口がないか点検しましょう。

- 4 もし吸血中のツツガムシを見つけた場合は、自分で取ろうとせずに医療機関で処置しましょう。発熱や発疹、リンパ節の腫れなどの症状が現れた場合は、すみやかに医師の診察を受けましょう。

つづが虫病は、人から人へ感染する心配はありません。早期に治療すれば治る病気ですが、まれに重篤な状態になることもあります。野外活動の際はしっかり予防対策をしましょう。

お酒を正しく上手に楽しむ
だれやめ通信

第7回

「知ってほしい!アルコールと脳の関係」

寄稿: (独法) 国立病院機構 肥前精神医療センター
福田 貴博 先生

今回は、お酒と認知症の関係についてのお話です。高齢社会を迎えた日本では、皆様にとっても認知症は関心が強いでしょう。結論から言うと、お酒は脳の老化を促進させます。アルコール依存症の人は、脳の萎縮が30代から始まる場合もあり、脳の老化が20~30年早まると言われています。つまり、実年齢は50歳

なのに、脳の年齢は70~80歳相当になります。これでは、いつ認知症になっても不思議はありません。依存症とまではいかずとも、飲酒習慣がある人は、そうでない人に比べて、脳出血、脳梗塞のリスクが高まります。

脳を若く保つためにも、適正飲酒を心がけてください。



画：友安よーいち
第90話「気持ちは大きいけど…」



<編集後記>

成人式の取材をしました。コロナ禍で混乱している社会に、今まさに飛び込もうとしている二十歳の若者に、心からの応援をおくりたいと思います。(佐藤)

アニメスクールでは、子どもたちがタブレットなどで器用に絵を描いてました。もうすぐ、タブレットなどで絵を描くのが当たり前の時代がやってくるのかなと、少し未来のことを考えた取材になりました。(前原)

心の花びら

寒波来る軋む階段三段目 (小林合歓の会 清本幸子)
 笑い声宙へ跳ねてる初句会 (小林合歓の会 倉田玲子)
 去年今年疫病去りし春よ来い (小林合歓の会 入佐典子)
 ふと自信失いし日赤椿 (小林合歓の会 青山スミ子)
 初詣参道ひびく京言葉 (小林合歓の会 後野美美子)
 ハーブティー眠りへ誘う寒夜なり (小林合歓の会 内田トシ子)
 初日の出切に願うは健康のみ (長友正臣)
 ガラスごし親子面会肌ふれられず (武ナミ子)
 デイケアで誕生祝ありがたき互に元氣楽み賜う (家村昭文)
 終戦の日背負し弟はすでに亡く我れは八十路を生きぬいており (佐枝記子)

SUKU SUKU



田上 瑞希斗 くん
平成31年3月4日生

田上 凜花 ちゃん
令和3年6月14日生

この先ずっと、兄妹仲良く元気に育ちますように。大切な宝物だよ。

保護者：田上 亨、美紀

図書館からのお知らせ

★新刊本の入荷
は毎週土曜



ひな祭り
お楽しみ会

季節のおはなし、お琴演奏、お抹茶体験などで和の行事を楽しみます。

- ◆日時 2月27日(日曜) 13時30分～15時
 - ◆場所 市立図書館本館2階大会議室
 - ◆定員 40人 ◆参加費 無料
- ※必ず事前に図書館カウンター、または電話で申込みください

※感染症の状況により中止になる場合があります

休館と開館時間

- 【本館】毎週月曜は休館
◆開館時間 9時～19時 ※日曜と祝日は17時まで
 - 【須木分館】毎週月曜と祝日は休館
◆開館時間 9時～17時
 - 【野尻分館】毎週月曜と祝日は休館
◆開館時間 10時～18時30分 ※日曜は17時まで
- 毎月1日は館内整理日のため全館(本館・須木・野尻)休館

赤ちゃん絵本のひとときを

赤ちゃんが家族と一緒に楽しむための取り組みを紹介します。

ブックスタート

市では赤ちゃん健康診査のとき、地域に生まれた全ての赤ちゃんを対象に、赤ちゃんの健やかな成長を願い絵本2冊をプレゼントする「ブックスタート」を実施しています。(健診で絵本を受け取っていない人は図書館まで問い合わせください)

絵本であそぼ0・1・2(子うさぎ文庫共催)

0～2歳児対象の絵本の読み聞かせ、手あそび、歌あそびなどを行います。

- ◆日時 毎月第2水曜
10時30分～11時20分
- ◆場所 子うさぎ文庫(駅南251)

こはまち 便利

宿泊事業から
地域への経済
効果波及を!

小林まちづくり株式会社は、昨年8月に閉館したホテルを買い取り・改装し、1月18日に「パレスホテル小林」としてオープンいたしました。

市街地活性化や観光推進事業に取り組む当社は、今まで培ってきたまちづくりの経験と、観光推進事業を絡めて宿泊需要を生み出し、市内への経済効果の波及を目指したいと考え、宿泊事業へ参入することを決めました。

ホテルは、小林駅から徒歩3分の中心市街地に位置し、主にビジネスマン向けのシングルルームや家族、友人との旅行など様々な場面で利用できるツインルームやダブルルームがあるほか、今回の改装で最上階の5階にデラックス

インルームを設け、客室から霧島連山を眺望でき、小林を観光で訪れた宿泊客などが、ゆっくりと滞在できる空間を用意しました。

今後は、アフターコロナを見据えて、周辺の宿泊事業者や飲食店・商店街などと連携し、小林市の魅力を発信し市内に賑わいを創出していけるように一層の努力をしていきたいと思ひます。



◆パレスホテル小林
小林市本町111番地
TEL 25-0777
https://palace-k.jp






霧島岑神社
日本神話の郷

・2月3日 節分祭(14時30分～)
・2月26、27日 ひな祭イベント
・2月19日～3月6日 ひな山展示

小林市細野(夷守) 4937 社務所 Tel 0984-23-0855
(細野中より南へ1.2km 直進) 宮司携帯 090-3735-9954

**トラクター・重機
トラック・農機具**

見積り無料
どこでも
かけつけます!

古くても、壊れてても、不動車でも

どこよりも **高く買い取る** ことを目指しています!!

広報誌を見て、ご連絡下さった方へ粗品、
又は買取額 10%UP致します。

TEL:0986-77-9092

農機具高価買取専門店 古物商許可 第951040015111号
Avanti アヴァンティ 携帯:080-3375-9750
〒885-1105 宮崎県都城市丸谷町 2107 FAX:0986-77-9092
<https://kaitorimiyazaki.jimdo.com>

九州355インディアグループ ●営業時間：朝8時～夜7時

(有)やすかた畳ふすま店

小林店 〒886-0007 小林市真方384-10
TEL (FAX兼用) **0984-22-4566**

都城三股店 〒889-1914 三股町蓼池字前ノ村4178
TEL (FAX兼用) **0986-36-8620**

通話料無料 (フリーダイヤル)
0120-18-4566
お電話下されば見積りに伺います(無料)

和田クリニック
人工透析センター

超純水透析液を使用した質の高い透析治療
最新機種(全自動透析装置)を用いた安心・安全な透析

送迎応談・随時見学会

23-5653 / Fax 22-5142
〒886-0003 小林市堤 3727 番地 1
<http://wada-clinic.or.jp/> [和田クリニック](#)

**こばでん申込
絶賛受付中**

初月 20% 割引中!!

グリーンシティこばやし

小林市が立ち上げた県内初の自治体新電力会社の電気をご利用になりませんか!!
まずは**無料お見積り**を!
お気軽に下記まで**ご連絡**ください!!

【対象契約種類】高圧施設：全て ※オール電化住宅やロフト設置住宅などは、未対応プランになります
低圧施設：従量電灯B (30A～)、従量電灯C、低圧電力プラン

お問い合わせ先 **グリーンシティこばやし(株)** TEL: 0984-27-3515
小林市細野464番地1 2F FAX: 0984-27-3557

(有)宮内葬儀社
MYAUCHI

0120-24-2349

小林市細野 437 番地 4 (市役所前)
TEL 0984-22-2349

西町斎場・上町斎場・ラウム会館

日本郵便「簡易郵便局長」募集中!

三松簡易郵便局(小林市堤)の業務を受託していただける方を募集しています。

詳細は弊社ホームページをご覧ください。

■お問い合わせ先■
日本郵便株式会社 九州支社 経営管理部 簡易局担当
TEL 096-328-5221
〒860-8797 熊本市中央区城東町1番1号
<受付時間 9:00～17:00> 月～金(祝日、12/29～翌年1/3を除く)

株式会社の印刷

小林市梅の天神下(山麓線)
TEL.(0984)27-0050(代)
FAX.(0984)27-0051
E-mail:kzn.o@abelia.ocn.ne.jp