

●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	1月15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	1月19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

1月15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 1月11日(水)  
受付締切日 1月17日(火)

税・保険料の納付期限

※納期限は**1月31日(火曜)**です

市県民税 4期

国民健康保険税 7期

後期高齢者医療保険料 7期

これは何ごみ? 答え

湿布薬は『燃やすごみ』、湿布のフィルムは『燃やさないごみ』

※湿布薬の入っていた袋(プラスチック容器包装)、に**使用済みの湿布薬を入れない**でください。

●問=生活環境課 Tel 23-8122

●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
10	火	人権・行政・なやみごと	須木総合ふるさとセンター	10:00～15:00
17	火	人権・行政・なやみごと	市役所東館1階相談室	
24	火	人権・なやみごと	市役所東館1階相談室	
31	火	人権・なやみごと	市役所東館1階相談室	
2	木	人権・行政・なやみごと	野尻町保健福祉センター	10:00～15:00
7	火	人権・行政・なやみごと	須木総合ふるさとセンター	

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(問)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) : 精神疾患で悩んでいる家族の「思い」を共有する集い
- ☎毎月第2火曜(時)13時30分～15時30分 : ☎毎月第2水曜(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4火曜(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

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	1月	2月
水流迫、東方1・2	5	1
真方1・2・3	6	2
南西2・3、通り町	11	3
南西1の西、南西4本町、新生町	11	6
南西1の東、種子田	10	7
北西1・3、緑町	12	8
北西2、坂元	20	10
西町1・2・3 南島田	19	9
仲町、永田町、後川内	24	13
細野2・3、南真方	25	14
細野1、南真方西	26	15
南真方東 上町・上町西	30	16
上町中、上町東 上町北	27	24
西堤、南堤	31	28
北堤	31	28
野尻地区(第3日曜)	15	19
須木地区(第4日曜)	22	26

今月のこれは何ごみ?



「湿布薬・湿布のフィルムの出し方」(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 母子健康手帳発行	毎週月曜 (祝日除く)	受付 9:00～11:30	小林市保健センター
赤ちゃん健康診査	1月19日(木)		
1歳6か月児健康診査	2月2日(木)	※個別に案内しています	
3歳児健康診査	1月12日(木) 2月9日(木)		
キッズフロア	2月1日(水)	受付9:30～11:00	
もぐもぐクッキング (要予約)	1月18日(水)	受付13:45～14:00 開催14:00～15:00	

●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	1月	2月
野尻町保健福祉センター	10日(火)、24日(火)、31日(火)	7日(火)

●健康相談

※「まちの保健室」は感染症の状況により中止になる場合あり「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)
—	—	—	まちの保健室	※感染症拡大のためしばらく中止します	
1	23	月	まちかど健康相談	道の駅 ゆ〜ばるのじり	13:30～15:30
1	27	金		市役所本館1階 多目的スペース	

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
1	15	日	ほりファミリークリニック	23-3988
			押川病院	44-1005
	22	日	小林泌尿器科クリニック	25-0505
			整形外科前原病院	23-1711
29	日	池田病院	23-3535	
		小林保養院	22-2836	
		よしむら循環器内科クリニック	27-3339	
2	5	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