

# 笑顔と希望がまちを彩る。 こばやし秋まつり

## 市公式 LINE 友だち募集中♪

QRコードを読み取り、「追加」ボタンを押して登録完了です。登録後、ホームボタンから簡単な受信設定をすることで、あなたが必要な情報だけを受け取ることができます！



# 音楽・格闘技の分野で活躍する2人が小林へ凱旋

11/FRI 24 | 集まったファン約200人を前に市役所でゲリラライブ  
代表曲「いま、太陽に向かって咲く花」など熱唱

## シンガーソングライター NOBU

シンガーソングライターでこばやしふるさと大使を務めるNOBUさんの凱旋ゲリラライブが、11月24日に市役所で開催されました。

NOBUさんは、第50回日本有線大賞と第59回日本レコード大賞で新人賞に輝いた代表曲「いま、太陽に向かって咲く花」を熱唱。続いて、SNSを中心に多くの共感を集めている「たのしみなさい。」を優しくも力強い声で歌い上げました。

ライブの最後に「地元を誇りを持って一緒にがんばっていきましょう」、「近い将来、必ず紅白（歌合戦）に出場できるようがんばります」と宣言すると、集まったファンなど約200人から大きな拍手と声援が送られました。

NOBUさんは、11月18日に結婚。お祝いとして、花束と小林市産宮崎牛が贈られました。



12/THU 14 | ISKA 世界スーパーフェザー級チャンピオンに輝いた  
寺田 匠さんの王座獲得を祝う凱旋セレモニー開催

## K-1ファイター 寺田 匠

プロ格闘家でこばやしPR大使の寺田匠さんがキックボクシングの大会『ISKA 世界スーパーフェザー級』で世界王者に輝いたことを祝い、12月14日、市役所で凱旋セレモニーを開催しました。

寺田さんは、11月18日にイタリア・ミラノで開催された大会で4ラウンドKO勝ちし、見事世界チャンピオンに輝きました。

中央保育所の園児たちから花束と小林市産宮崎牛を受け取った寺田さんは、「これまで遠回りもしてきたが、家族や応援してくださる皆さんのおかげでここまでこれました。一番の目標はK-1の世界王者なので、それに向けてがんばります」とあいさつ。

その後、デモンストレーションとしてミット打ちが披露されると、世界王者の迫力ある技に会場からは感嘆の声が上りました。



## 市政の動きトピックス

誰もが暮らしやすい社会を目指して  
行政サービスも「やさしい日本語」で  
市職員向けの研修会を開催



11月17日、同志社大学ベティーナ・ギルデンハルトさんを講師に迎え、市職員向け「やさしい日本語研修」を開きました。やさしい日本語は、難しい言葉を使わず一文を短くするなどした簡単な日本語のこと。日本語に不慣れな外国人に的確に情報を伝えるために考案され、小さな子どもや高齢者、障がい者にも有効な伝達手段とされています。研修では、業務で使う言葉の言い換えなどを考えながら、やさしい日本語について学びました。

ゲームは頭のスポーツ！  
野尻地区の生きがい学級で  
「eスポーツ」体験会を開催



コンピューターなどを使ったスポーツで、年代や性別を問わず楽しめ、脳トレや認知症予防などにも効果的とされる「eスポーツ」。市は、連携協定を結ぶ東京大学先端科学技術研究センターや、福岡eスポーツ協会の協力のもと取り組みを進めています。12月には野尻地区の生きがい学級で体験会を実施。12月15日の紙屋学級では、参加者9人がパズルゲーム「ぶよぶよeスポーツ」を体験しました。

- 02 市政の動きトピックス
- 03 Pick Up Topics 音楽・格闘技の分野で活躍する2人が小林へ凱旋
- 04 令和6年新春のごあいさつ
- 06 PhotoReport ①  
こばやし秋まつり 2023
- 07 PhotoReport ②  
第72回こばやし駅伝競走大会
- 08 こばやし Topics
- 12 お知らせ
- 14 Pick Up Information
- 16 暮らしのカレンダー
- 18 教育委員会からのお知らせ
- 19 きずな協働体通信
- 20 ゼロカーボン豆知識／健幸のまちづくり  
拠点施設整備つうしん／元気の知恵袋
- 21 図書館からのお知らせ  
／すきむらんどNEWS
- 22 ハッシン info /  
Instagram& 広報こばやし
- 23 心の花びら／SUKUSUKU /  
こすも〜につき

### 今月の表紙

小林の秋の風物詩「こばやし秋まつり」



今月の表紙は、11月23日に開催された「こばやし秋まつり」（関連記事6頁）です。当日は秋晴れの気持ちのいい空の下で開催。子どもから大人まで、多くの人たちが歩行者天国となった小林駅前などの会場に集い、パレードや食の祭典「うめもん市」などを楽しみました。

令和6年 新春のごあいさつ

# 謹賀新年



明けましておめでとうございます。旧年中は市政各般にわたりご理解とご協力を賜り、心から感謝申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが5類感染症に移行したことに伴い、地域に活気が戻った年となりました。3年以上にわたるコロナ禍において、医療現場を支えた医療従事者の皆様や生活を支えたエッセンシャルワーカーの皆様をはじめ、市民一体となった取り組みに深く感謝申し上げます。

一方で、物価高騰は私たちの生活に大きな影響を与えております。地域経済を維持・発展させるために、関係機関や団体と緊密に連携し、必要な対策を講じてまいります。

昨年8月の台風6号接近時には線状降水帯が発生し、1時間当たりの降水量が観測史上最大となる猛烈な雨に見舞われ、甚大な被害がありました。市では、昨年10月に消防や自衛隊などの関係機関と訓練を行い、改善すべき課題を認識しました。災害は、いつ、どこで起こるか分かりませんので、市民の皆様の安心安全を確保するために、さらなる危機管理体制の充

実に努めてまいります。

昨年10月に開催された宮崎県畜産共進会におきまして、肉用種牛の部と枝肉の部で本市の出品牛がグランドチャンピオンを獲得しました。生産者や関係機関の技術力や情熱の高さと併せて、後継者が着実に育っていることを感じた大会となりました。未来を担う後継者が安心して夢と希望の持てる農畜産業となるよう、関係機関と一体となって取り組まなければならないと考えております。

市民参加型の「ハッシンコバヤシ!!」プロジェクトにおいて、本市出身で著名な方を「こばやしスベシヤルPR大使」に任命するなど、本市の魅力を全国に発信しております。歌手や俳優などとして活躍するTHE RAMPAGE吉野北人さんが小林の魅力を伝えるPR動画は、公開から約4カ月で2500万回を超えて視聴され、多くのファンが「聖地巡礼(ロケ地巡り)」に訪れるなどの効果がありました。また、お笑い芸人の蛙亭・イワクラさんは、全国放送のテレビ番組で本市の魅力を伝えていただいております。今後も、小林市を市外・市内両面から盛り上げるプロモーションにより関係

人口を増加させ、多くの方に愛され応援されるまちづくりを目指してまいります。

本市の最重要施策「健幸のまちづくり」を総合的に推進するための「健幸のまちづくり拠点施設」は、今年中に実施設計が完了し工事に着手する予定であり、体育館機能や健康づくり機能、子育て支援機能などを備えた複合型施設として令和8年3月の完成を目指します。老朽化した公共施設の更新と施設保有量の縮減を同時に実現する事業でもあります。市民の皆様への誇りとなり、健幸づくりがより一層進む施設となるよう着実に整備に取り組んでまいります。

本年の干支である「辰」は、天高くのぼる龍として「隆盛」の象徴といわれております。小林市が大きく発展し、市民の皆様がさらに元気に笑顔で暮らせる年となるよう、今後も対話を重ね決断する市政運営に努めてまいります。

結びに、本年も市政各般にわたりご支援・ご協力を賜りますよう心からお願ひ申し上げますとともに、皆様におかれましても、素晴らしい一年となりますことをご祈念申し上げます。新年のあいさついたします。

市民が元気で笑顔になれる

小林市を目指します。

小林市長 斎原 義久





Photo Report December 3rd.2023

# 第72回こばやし駅伝競走大会

各校区を代表する選手が、健脚を競う「こばやし駅伝競走大会」。熱戦が繰り広げられた本大会を写真で紹介します。  
 【以下、結果】1位=小林校区、2位=三松校区、3位=西小林・幸ヶ丘校区、4位=細野校区、5位=東方校区、6位=野尻校区、7位=南校区、8位=紙屋校区、9位=栗須校区、10位=永久津校区、11位=須木校区

70年以上の歴史をもつ、市伝統の大会「第72回こばやし駅伝競走大会」が12月3日に開催されました。大会には市内小学校区ごとに編成された12チーム（オープン参加含む）が出場。選手たちは、沿道からのたくさんの声援を受けながら、小林総合運動公園市営陸上競技場を発着する全12区間、20・7キロのコースで健脚を競いました。

レースは、スタートから南校区、東方校区、小林校区が先頭争いを繰り広げる展開。7区で小林校区が先頭に立ち、そのまま安定した走りゴール。大会4連覇を果たしました。

躍進賞は三松校区で、昨年の5位から3つ順位を上げる躍進を遂げました。



# こばやし秋まつり 2023

Photo Report November 23th.2023  
 パレードや総踊りに1300人以上が登場

11月23日、五穀豊穡を祈念し、豊年に感謝する祭りとして、市民一体となって作り上げてきた伝統行事「こばやし秋まつり」が開催されました。

祭りでは、中心市街地を山車や子ども神輿などが練り歩いたほか、小林ブライダルコレクションなどのパレードが華を添えました。

また、「新こばやし音頭」などにあわせた総踊りには、市内の団体や事業所などが参加。総踊り後には、さまざまな団体がダンスなどを披露するなど、あわせて約50団体1300人以上が祭り会場を盛り上げました。

中央ふれあい広場などでは、市内の飲食店などが出店する「食の祭典うめもん市」を開催。秋まつり恒例の宮崎牛を使った特製肉うどんが販売されたほか、姉妹都市の石川県能登町のカニ汁や日本酒の販売も行われるなど、来場者は食を通じて祭りを楽しみました。

## ピアノ奏者の長谷川幹人さん 三松小学校で音楽の楽しさ伝える



長谷川さんは、翌25日には本市出身の舞台俳優で歌手の井料瑠美さんと「夢ふれあいコンサート」を文化会館で開催。音楽の力で小林市を盛り上げました

童謡や昭和歌謡、ミュージカルの伴奏など、幅広く活躍しているエレクトーン・ピアノ奏者の長谷川幹人さんを招いたピアノ教室が11月24日、三松小学校で開催されました。教室には同校の5・6年生約150人が参加。長谷川さんは、ピアノを吹く息の強弱の重要性や合奏へのアドバイスなど、自身の演奏を見本に教えていました。

※当事業はNPOパートナーシップ創造事業補助金を活用した取り組みです

## 中村大輝さんが県共乳用種牛の部で リザーブジュニアチャンピオン

11月27日、小林地域家畜市場で「第64回宮崎県畜産共進会」の乳用種牛の部が開かれました。全6部門59頭のうち、小林市からは3部門に4頭が出品。審査の結果、中村大輝さんが第2類で優等賞首席を獲得し、各類の未經産牛から選ばれる「ジュニアチャンピオン」に次ぐ、「リザーブジュニアチャンピオン」に選ばれました。



同時開催の「畜産まつり」では物産品販売や消費拡大コーナーも設置され、県産牛乳を使ったクリームシチューや牛モツ鍋の振る舞いも行われました

## 租税教育の推進に多大な貢献 須木小学校に熊本国税局長感謝状

11月16日、「税を考える週間」に合わせ、小林税務署長納税表彰式がガーデンベルズ小林で行われました。式では、納税思想の高揚や税知識の普及、酒類行政の円滑な運営などに多大な功績のあった個人や団体、「税についての作文」の入賞者などが表彰され、租税教育に長年取り組んでいる須木小に熊本国税局長感謝状が贈られました。



須木小では平成22年度以降連続して租税教室を開催。受講した児童全員が租税作品に応募するなど、租税教育の推進に貢献したとの評価を受けました

## 三松中学校で東大教授の特別授業 人工知能など先端技術を学ぶ



隈本利乃さん(2年)は「身近に感じていなかったけど、Chat-GPTなどの技術を活用することで、より生活が豊かになることが分かった」と話しました

11月24日、市と連携協定を結ぶ東京大学先端科学技術研究センターの牧原出教授、松原仁教授を講師に迎えた特別授業が三松中で開催されました。授業は世界的に活用されている先端技術の知識を学ぶことで、将来活躍する人材の育成を目的に企画したもので、生徒らは人工知能(AI)や行政内部の仕組みなどについて学びました。

## 社会福祉の発展・振興に尽力した 個人・団体が県知事表彰など受賞



11月7日、宮崎観光ホテルで宮崎県社会福祉大会が開催されました。大会では、長年にわたり社会福祉の発展・振興に尽力したとして宮崎県知事表彰、宮崎県社会福祉協議会会長表彰・感謝、宮崎県共同募金会会長表彰・感謝の顕彰が行われ、市内からは個人26人と6団体が受賞しました。

【受賞者・受賞団体(敬称略)】

- 県知事表彰(社会福祉功労)** 吉脇辰男、龍神豊美、南蘭ヨシエ、宮原善朗、池田浩子、橋口正機
- (社会福祉事業功労) 倉元美幸、田爪真由美、大牟田博昭、隈元小百合、中ノ神美代子、田爪けい子
- 県社会福祉協議会会長表彰(民生委員)** 大塚明男
- (民間(施設)) 坂本加代子、河端正美、佐藤弘子、指宿恵子、元澤小百合
- (民間(社協)) 村北幸代、白崎由香里、田中恵美子、川俣幸治、川嶋厚美、室屋喜久美
- (ボランティア(団体)) 小林市地域婦人連絡協議会
- 県共同募金会顕彰(優良地区表彰)** 堂屋敷地区、西町二区、北西三区、野尻三区、南堤区
- (篤志寄付感謝状) 関谷恵子ほか1名

## 防災訓練や餅つき大会で地域住民ら交流

「第9回みかんやまスマイルフェスタ」が、11月25日、栗須小で開催されました。地域での交流や防災意識の向上を目的に実施したもので、当日は同校児童や保護者、消防団員など約400人が参加。芋煮や餅のふるまい、簡易ベッドの組み立て演習などが行われました。



## 地域とともに歩んで150年 三松小学校・紙屋小学校で記念式典

三松小学校と紙屋小学校が創立150周年を迎えることにあわせ、11月12日に三松小、11月19日には紙屋小で記念式典が開催されました。2校は、明治5年(1872年)公布の学制に基づき明治6年に創立。式典では、児童による合唱や音読、地域や学校の歴史の発表、記念講演などが行われ、地域住民とともに150年の節目を祝いました。



写真①三松小4年生による「エーデルワイス」「ドレミの歌」の演奏・合唱

写真②紙屋小6年生による「紙屋小の歴史」についての発表

## JR吉都線×サイクルロゲイニング

11月19日、小林市・えびの市・高原町のチェックポイントを自転車で自由散策する「サイクルロゲイニング in 北霧島2023」が開催されました。列車に自転車を積み込むことができる大会に、多くの家族連れが参加。参加者は北霧島の自然や食を満喫しました。



## 小林的冬を彩るイルミネーション

11月23日、小林駅周辺をイルミネーションで彩る「こばやし冬まつり2023」が開催されました。同日は小林まちづくり株式会社主催の「ILLUMINACHRISTMAS2023」も開催され、多くの来場者でにぎわいました。イルミネーションは1月12日まで点灯しています



## 小林中陸上駅伝部が県中学校駅伝大会で初のアベック優勝 九州大会では男子が初優勝し「駅伝のまちこばやし」を広くアピール



12月11日、小林中陸上駅伝部が、九州中学校駅伝競走大会の結果報告と全国中学校駅伝大会への出場報告のため、市長を表敬訪問しました。同部は11月13日の宮崎県中学校駅伝大会で男子が3年連続、女子が5年ぶりの優勝。小林中として初の男女アベック優勝を果たし、12月17日に開催される全国大会への出場権をつかみ取りました。また、12月2日に開催された九州中学校駅伝競走大会では男子が初優勝。宮崎県勢としては11年ぶり、3度目の九州大会優勝で、「駅伝のま

ちこばやし」を県内外に広くアピールしました。チームを全国大会に導いた國丸泰司監督は大会を振り返り、「選手たちは自分たちの力をしっかりと発揮してくれた。全国大会でも素晴らしい結果を残してくれると信じている」と話しました。



- 九州大会で初優勝のゴールテープを切るアンカーの齊藤元さん（3年）
  - 九州大会終了後、笑顔で写る男女チーム
- 全国大会への抱負**  
**男子代表** 今村流士郎さん（2年）「宮崎県代表としての自覚を持ち、応援して下さる方々への感謝を忘れず3位入賞を目指します」。  
**女子代表** 鶴結菜さん（2年）「一人ひとりが過去の自分を超越、次の区間へとたすきをしっかりとつなぐことを大切にがんばってきます」。

## （株）加藤牧場のカマンベールチーズ チーズコンテストで優秀賞を獲得

市内の酪農家でチーズやヨーグルトなどの販売業も営む株式会社加藤牧場（加藤教昭代表）が10月25日、26日に開催された第14回 ALL JAPAN ナチュラルチーズコンテスト（白カビ部門）で優秀賞を獲得し、12月18日に市長へ報告しました。加藤代表は「驚きとうれしい気持ち。今後もより上の賞を目指していきたい」と話していました。



ジャージー牛の搾りたての生乳を使ったカマンベールチーズは風味豊かな仕上がり。「クリーミーでバターを食べているようだ」と高く評価されました

## 地域への長年の功労を称える 倉田富夫さんが総務大臣表彰を受賞



倉田さんは、細野一区区長を12年、区長会会長を6年務め、長年地域住民の福祉向上や住民自治の振興、行政と市民の橋渡し役などに尽力されました

11月30日、自治会や町内会などの代表者として長年にわたり功績のあった個人を表彰する「地縁による団体功労者総務大臣表彰」を倉田富夫さんが受賞し、12月7日、市長に報告しました。倉田さんは表彰を受けて「大変ありがたいこと。これからも地域のためにできることはなんでもやっていきたい」と話していました。

## 3年間の感謝を込めて 西高調理科生徒が腕前を披露



中国料理担当の村岡七穂さんは「細やかな気づかいを心掛けました。直接顔を見ながら、ありがとう、おいしいと言ってもらえてうれしい」と笑顔でした

12月6日、小林西高校で同校調理科3年生による「学習成果発表会および試食会」が開かれました。卒業を前に生徒たちの成長を披露する場として開かれたもので、5班に分かれた生徒16人は前日から仕込みを行い、日本料理や西洋料理、中国料理の3種類27品を準備。当日は、保護者など約50人に3年間磨いた技術を披露しました。

## クリスマスイベントで国際交流体験

12月5日、中央公民館で国際フレンドシップ事業が開催されました。当日は小学生約70人が国際交流員、ALT（外国語指導助手）と交流。子どもたちは、それぞれ持ち寄ったプレゼントを交換するゲームや、クリスマス風の飾りづくりなどを楽しみました。



## J Aこばやしがメロン選果機を更新

12月11日、J Aこばやし（寺師幸則代表理事組合長）のメロン選果機リニューアル稼働式が行われました。稼働開始から約16年が経過し、経年劣化が進んでいた選果機を更新。「めろめろメロン」など、小林市産メロンのブランド力向上への貢献が期待されます。



## P T Aとまちづくり協議会が連携 シン・小林小まつり5年ぶりに開催

12月2日、「シン・小林小まつり」が開催されました。以前は恒例行事として毎年開催されていた「小林小まつり」も、新型コロナの影響で開催は5年ぶり。当日は地域の名人たちを講師に迎え、茶道教室やリースづくり、グラウンドゴルフなど、さまざまな体験活動を実施。子どもたちは活動とおして、地域住民との交流を深めました。



当日の午後は、P T A主催の飲食の販売やスポーツ少年団の紹介、物品バザー、まち協が行うニジマス釣り大会などで会場は盛り上がりました

## 年末年始の安心・安全守るひなもり隊発隊

12月1日、年末年始特別警戒取締隊「ひなもり隊」発隊式がありました。同隊は、凶悪犯罪や飲酒運転が増える年末年始に警察や関係団体などが協力し、警戒を強化するもの。甲斐義勝小林警察署長の訓示の後、参加者は市内のパトロールを行いました。



## 市民活動支援センター文化祭を初開催

12月2日、八幡原市民総合センター内で「第1回小林市市民活動支援センター文化祭」が開催されました。同センターを利用する団体の作品展示やステージイベントのほか、MR Tラジオの公開生放送も行われ、会場は多くの家族連れでにぎわいました。



## 募集

### 令和6年度学校図書館協力員の募集

市内小・中学校図書館で子どもたちの読書活動と学習環境を支える仕事です。

- ◆定員 若干名
- ◆活動場所 市内小・中学校
- ◆雇用期間 令和6年4月1日～令和7年3月31日
- ◆給与 1時間950円

- ◆活動日時 1週間当たり3～5日、1日当たり3～5時間程度（8時30分～16時30分の間で各学校と相談）
- ◆活動内容 館内の環境整備、蔵書管理、図書の出借業務サポートなど

- ◆応募条件 パソコン（ワード・エクセル）の基本的な操作ができ、次の要件いずれかを満たす人
- ◆図書館で就業やボランティア活動の経験がある人
- ◆教員または保育士の経験がある人

### 料理教室参加者募集

基本から学べます。交流をしながら、おいしい料理と一緒に作りませんか。

- ◆場所 シルバード望峰の里敷
- ◆日時 1月19日（金曜）10時～12時30分
- ◆内容 ピザ作り
- ◆参加費 500円
- ◆対象者 おおむね60歳以上の定員 10人

### 第53回福祉しよっぷEmi-Asu

障がいについての理解促進を図るため、障がい福祉サービス事業所などで作った製品を展示・販売します。

- ◆日時 1月18日（木曜）10時～13時
- ◆商品が売り切れ次第終了
- ◆場所 市役所本館1階 多目的スペース
- ◆展示・販売商品 クッキー、ぱん、ドレッシング、季節の野菜・果物、加工食品、手工芸品、木工品など
- ◆問・福祉課 23-0111



ある人  
▼子どもの教育にかかわる団体での就業やボランティア活動の経験がある人

- ◆応募方法 履歴書（市販可）を市立図書館本館へお持ちください。
- ◆応募期間 1月16日（火曜）～1月31日（水曜）
- ◆試験期日 2月9日（金曜）
- ◆試験内容 面接・適性検査
- ◆試験会場 市立図書館本館
- ◆申・問 小林市学校図書館支援センター（市立図書館内）  
TEL 22-4333

### 講座・催し

#### テナムの学校「美育で目醒める あなたの魅力」講座

- ◆講師 西諸美育文化協会
- ◆日時 1月19日（金曜）18時30分～20時

### 保健・福祉

#### 障がい者巡回相談会を開催します

- ◆日時 1月26日（金曜）10時～15時
- ◆場所 野尻庁舎1階102会議室
- ◆対象 障がいのある人（障がいの種別や診断の有無は問いません）やその家族、関係者など
- ◆その他 ※申込多数の場合抽選
- ◆申込方法 3日前までに電話で予約
- ◆持参するもの エプロン／三角巾／手拭きタオル／マスク／腕カバー（必要に応じて）
- ◆申・問 シルバード望峰の里  
TEL 27-1000

### 緑の募金事業

#### 赤ちゃん誕生記念樹をプレゼント

赤ちゃん誕生記念と親子の一生の思い出づくりに、赤ちゃん1人につき1本「記念樹」をプレゼント。今年から室内で育てられる観葉植物も用意しています。

- ◆対象者 市内に住所があり、令和5年1月1日から令和5年12月31日までに赤ちゃんが生まれた世帯
- ◆種類・高さ ハナモモ、ブルーベリー、ハナミズキ、ガジュマル（観葉植物）の4種類（ガジュマル40号程度、他1号程度）
- ◆申込方法 官製はがきかファックス、またはメールに「赤ちゃん誕生記念樹希望」と明記し、住所・氏名・赤ちゃんの名前・赤ちゃんの誕生日・電話番号・希望樹種・受取希望場所（庁舎）を記入して応募ください。その他、下記で直接申し込むこともできます。
- ◆申込期限 1月26日（金曜）
- ◆受取場所 市役所各庁舎
- ◆受渡時期 2月下旬予定（申込者へ別途連絡）
- ◆申込み・問い合わせ 農業振興課 TEL 23-0333 Fax 23-0334  
Mail k\_nouson@city.kobayashi.lg.jp  
須木庁舎地域振興課 TEL 48-3131  
野尻庁舎地域振興課 TEL 44-1100

#### 場所 T E N A M U 交流スペース

- ◆対象 市内在住・在勤の人
- ◆定員 15人
- ◆費用（全3回） 500円
- ◆申込方法 窓口または電話
- ◆申・問 T E N A M U 交流スペース  
TEL 22-1076

#### のじり生涯学習講座 養蜂入門講座

西洋ミツバチの飼育を学ん

- ◆日時（各水曜）2月14日、3月13日 13時30分～15時
- ◆場所 野尻町保健福祉センター他
- ◆参加費 無料
- ◆定員 15人
- ◆申込締切 1月30日（火曜）
- ◆対象 市内在住・在勤の人
- ◆申込方法 窓口または電話
- ◆申・問 中央公民館  
TEL 22-3482

#### 「子どもの歯の健康相談会」を開催します

- ◆日時 2月4日（日曜）10時～11時30分（受付11時まで）
- ◆場所 小林市保健センター
- ◆対象 3歳～小学6年生
- ◆内容 フッ化物塗布体験（要予約）、歯科医師による個別健康相談（要予約）、むし歯予防指導など
- ◆定員 50人
- ◆フッ化物塗布体験 50人
- ◆歯科医師個別相談 6人
- ◆申込方法 窓口または電話
- ◆費用 無料
- ◆注意事項 ・歯みがきを済ませて来てください。
- ・必ず保護者同伴でお越しください（印鑑不要）。

事前の予約、問い合わせなどは不要。相談は無料です。

#### フッ化物塗布の効果

フッ化物は、歯の再石灰化を助け、歯の質を強くすることで、むし歯になりにくい歯にする効果があります。生えかたの乳歯や永久歯は、歯の質が弱くむし歯になりやすいため、家庭での仕上げみがき、おやつや時間の仕上げみがきに加え、フッ化物塗布をすることで予防効果が上がるとされています。

- ◆申・問・子ども課 TEL 23-4319

### その他

#### 冬季の省エネ・節電にご協力ください

冬はエネルギーの使用が増える季節です。暖房中の室温の適正化や照明の削減など、できる範囲で省エネルギーの取り組みにご協力をお願いします。



生活環境課 TEL 23-8122

資源エネルギー庁 HP ▲

### 参加者には健康ポイント100 送!

#### 『世界肥満デー』市民公開講座

3月4日の『世界肥満デー』を前に、市民公開講座を開催します。専門分野の医師や管理栄養士が、肥満症の定義や対策の紹介、食事、睡眠などさまざまな視点から講演。当日は体組成計の測定を無料開放するほか、健康ポイント事業参加者には100 送をプレゼント。事後測定も実施します。

- ◆日時 2月10日（土曜）9時50分開演
- ◆場所 文化会館大ホール
- ◆申込締切 1月25日（木曜）
- ◆参加費 無料
- ◆申込方法 専用サイト（右QR）から申し込むか、申込書を健康推進課（Fax：23-0325）へFAXください。申込書は受付窓口（健康都市推進室、健康推進課）か、市ホームページから入手できます。
- ◆問 健康都市推進室 TEL 23-0456、健康推進課 TEL 23-0323



# 令和4年度 まちづくり 市民アンケート結果報告

市では、「第2次小林市総合計画（将来都市像：みんなであらゆる笑顔あふれる じょじょんよかとこ 小林市）」実現に向けてさまざまな施策を推進しています。この将来都市像を達成するために、市内各地域、幅広い世代の意見をまちづくりに反映することを目的に「まちづくり市民アンケート」を毎年実施しています。

アンケート結果は、市政運営に活用されます。

●問=企画政策課 Tel 23 - 0456



■実施日	令和5年1月13日～2月7日
■配布枚数	2千部
■回収数	581部
■有効回答率	29.1%
■対象者	市内在住の満16歳以上の方(無作為抽出)

## 「美しい自然」や「今後も住みたい」など『暮らし』分野の満足度が高い結果

第2次小林市総合計画の各分野（にぎわい、いきいき、まなび、暮らし）の目指す状態である「基本構想」の満足度を調査しました。特に平均値が高い

項目は、「美しい自然が残り、いつまでもおいしい水が飲める」、「今後も小林市に住みたい」など前回調査に引き続き「暮らし」分野の満足度が高い結果となりました。

平均値が低い項目は「人が集まってにぎわいがある」、「身近に文化・芸術を感じられる」などでした。

基本構想の評価 (R3・R4まちづくりアンケートより)		基本構想の“目指す状態”を「そう思う4点、ややそう思う3点、ややそう思わない2点、そう思わない1点」の4段階でアンケートを行い、その平均値を算出しています。	
将来都市像	みんなであらゆる笑顔あふれる じょじょんよかとこ 小林市	2.80 (R03)	2.24 (R03)
		2.82 (R04)	2.17 (R04)
にぎわい	人が集まっていてにぎわいがある	1.78 (R03)	2.03 (R03)
		1.81 (R04)	1.96 (R04)
	豊かな地域資源が活用されている	2.20 (R03)	2.02 (R03)
		2.14 (R04)	1.95 (R04)
	暮らしが豊かである	2.00 (R03)	1.82 (R03)
	1.93 (R04)	1.86 (R04)	
いきいき	働きがいがある	2.18 (R03)	2.42 (R03)
		2.11 (R04)	2.43 (R04)
	出会い、ふれあい、支え合いがある	2.26 (R03)	2.23 (R03)
		2.24 (R04)	2.28 (R04)
	健康・いきがいがあがる	2.48 (R03)	2.51 (R03)
	2.46 (R04)	2.56 (R04)	
暮らし	高齢者が元気でいられる	2.68 (R03)	3.37 (R03)
		2.61 (R04)	3.33 (R04)
	障がい者が夢や目標を持てる	2.16 (R03)	3.04 (R03)
		2.04 (R04)	2.97 (R04)
	子育てがしやすい	2.31 (R03)	2.60 (R03)
	2.20 (R04)	2.57 (R04)	
	あんしんして医療が受けられる	2.13 (R03)	3.11 (R03)
		2.09 (R04)	3.12 (R04)

## 今年度もアンケートを実施します

「まちづくり市民アンケート」を1月に実施します。市全体の傾向を把握するための極めて重要なアンケートですので、ご協力をお願いします。

### ■アンケートの取り扱い

- ・調査は無記名で、個人を特定する内容は含みません
- ・調査結果は市ホームページや広報紙などで公表します

●問=企画政策課 Tel 23 - 0456

# 令和6年1月から 産前産後期間の国民健康保険税が軽減されます

●問=ほけん課 Tel 23 - 0116

## 対象者・受付時期

次の3つ全てを満たす人が対象です。

- ☑ 国民健康保険被保険者である
- ☑ 令和5年11月1日以降に出産予定・出産した
- ☑ 妊娠85日（4カ月）以上の出産である  
※死産、流産、早産、人工妊娠中絶の場合も含む

出産予定日の6カ月前～出産後に届出できます

## 提出書類

- ①産前産後に係る国民健康保険税軽減届書  
※ほけん課、各庁舎住民生活課、保健センター、市ホームページから入手できます
- ②母子健康手帳など  
※郵送の場合は、出産（予定）日が確認できるページのコピーを添付  
※別世帯の子の場合、出生証明書など出産日・親子関係を明らかにする書類（戸籍謄本など）が必要です（市役所で確認ができる場合は不要）
- ③軽減を受ける方の身元確認書類  
※マイナンバーカードや運転免許証など

## 軽減内容

その年度に納める保険税の所得割額と均等割額から、出産（予定）月の前月（多胎妊娠は3カ月前）～出産（予定）月の翌々月相当分が軽減されます。

単胎妊娠の場合 出産（予定）月の1カ月前～2カ月後の4カ月相当分が軽減 ...対象期間

3カ月前	2カ月前	1カ月前	出産（予定）月	1カ月後	2カ月後	3カ月後
------	------	------	---------	------	------	------

多胎妊娠の場合 出産（予定）月の3カ月前～2カ月後の6カ月相当分が軽減

3カ月前	2カ月前	1カ月前	出産（予定）月	1カ月後	2カ月後	3カ月後
------	------	------	---------	------	------	------

※対象期間の所得割額と均等割額の保険税額が年額から軽減されます。

※令和5年度中は、産前産後期間のうち令和6年1月以降の期間の分が軽減されます。

## 北西方地区 デマンド交通「おうらい」利用実績

●問=企画政策課 Tel 23 - 0456



### デマンド交通とは？

利用者から事前予約があったときのみ運行する交通サービスのこと。利用者は北西方地区の希望の乗降場所（37カ所）から市街地の目的地（25カ所）に移動することができます。

- ◆利用対象者  
北西方地区に住所がある人  
※北西方地区内、市街地内での移動はできません



7月から北西方地区と市街地を結ぶ路線で実証運行中のデマンド交通。持続可能な公共交通の構築のために、現在運行中のコミュニティバスから転換を図れないか、検証を進めているところですが、利用者が少なく目標達成が非常に厳しい状況です。北西方地区にお住まいの方は、市街地への移動手段として、ぜひデマンド交通「おうらい」を利用してみませんか。

利用実績（7月～11月）		
月	利用者数	1便あたり
7月	8人	0.13人
8月	14人	0.22人
9月	19人	0.26人
10月	16人	0.22人
11月	15人	0.27人

実証運行目標値

1便あたり **3** 人

※原則、目標に達しなかった場合は実証運行を終了します



●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21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25日(木)	市役所本館1階相談室	10:00～15:00	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

二原遺跡公園公開日

1月21日(日曜)  
時間 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10日(水曜)  
受付締切日 1月16日(火曜)

税・保険料の納付期限

※納期限は1月31日(水曜)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

LED蛍光灯は  
『燃やさないごみ』

市指定のごみ袋に入れ、袋の口をしっかり縛ってから出してください。  
※市指定のごみ袋に入りきらなくても構いません。通常の蛍光灯は水銀が入っているため『リサイクル品』です

●問=生活環境課 Tel 23-8122

広告

宝くじがネットで  
購入できる!

宝くじの収益金は、明るく住みよくなります。

お問い合わせ先  
宝くじコールセンター

TEL 0570-01-1192(ナビダイヤル 有料)  
TEL 011-330-0777(無料)

●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
1	16 火	人権・行政・なやみごと	市役所東館1階小会議室	10:00～15:00
1	23 火	人権・なやみごと	市役所東館1階小会議室	
	30 火	人権・なやみごと	市役所東館1階小会議室	
2	1 木	人権・行政・なやみごと	野尻町保健福祉センター	
	6 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) 月・水・金 21:00～(翌朝)4:00 日・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)	精神障がい者とその家族の悩み
☎ 毎月第2火曜 時13時30分～15時30分	や思いを一緒に話しませんか
▼ひきこもり・こころの健康相談	☎ 毎月第2水曜
☎ 毎月第4火曜 時13時30分～15時30分	時13時30分～15時30分
▼わかちあいの会(自死遺族のつどい)	☎ 市民活動支援センター
☎ 第4木曜 時13時～15時	☎ 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	9	1
真方1・2・3	5	2
南西2・3、通り町	10	5
南西1の西、南西4本町、新生町	10	6
南西1の東、種子田	11	7
北西1・3、緑町	12	8
北西2、坂元	16	9
西町1・2・3 南島田	15	15
仲町、永田町、後川内	17	13
細野2・3、南真方	18	14
細野1、南真方西	25	22
南真方東 上町・上町西	26	27
上町中、上町東 上町北 ※上町中区は2月のリサイクルはありません	30	28
西堤、南堤	31	29
北堤	31	29
野尻地区(第3日曜)	21	18
須木地区(第4日曜)	28	25

今月のこれは何ごみ?



「LED蛍光灯」  
(答えは左のページ)

●育児・親子健康日程

問: こども課 Tel 23-4319

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
キッズフロア	1月10日(水)、 2月7日(水)	受付 9:30～11:00	
もぐもぐクッキング (要予約)	1月17日(水)	受付 13:45～14:00 開催 14:00～15:30	
赤ちゃん健康診査	1月25日(木)	※個別に案内しています	
1歳6か月児健康診査	1月11日(木)、 2月1日(木)		
3歳児健康診査	1月18日(木)、 2月8日(木)		

●ここに運動教室(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	23日(火)、30日(火)	6日(火)

●健康相談

問: 健康推進課 Tel 23-0323

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)
1	11 木	まちの保健室	まちなか松栄 イートインスペース	13:30～15:30
		まちかど健康相談	ゆ〜ぱるのじり	
	16 火	まちかど健康相談	コープみやざき 小林店	
2	25 木	まちの保健室	まちなか松栄 イートインスペース	
	7 水	まちかど健康相談	ブラッセだいわ 小林店	
	8 木	まちの保健室	まちなか松栄 イートインスペース	

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	14 日	前田内科医院	22-5802
		小林中央眼科	23-5300
	21 日	すわクリニック	22-6489
		桑原記念病院	22-4138
	28 日	内村病院	23-2575
		和田クリニック	23-5653
2 4 日	園田病院	22-2221	
	高崎皮膚科医院	22-8521	

# きずな協働体通信

このコーナーでは、市内9地区で設立された「きずな協働体」の活動やイベント情報を紹介します！

## 三松校区を花いっぱいにしませんか？

チームみまつ協働体



見事に咲き誇ったコスモスの様子

今年度は、8月末に三松地区の休耕田3カ所にコスモスを植栽。規模は大きくありませんが綺麗に咲き誇り、住民の皆さんから「癒やしの場になった」とよろこんでいただきました。

この活動を三松地区全域に広めるため、チームみまつ協働体では、三松校区の自治会や地域の団体等に花の苗や肥料などの購入支援を行っています。

現在、4団体が植栽活動中です。一緒に三松校区を花いっぱいにしましょう。たくさん申し込みをお待ちしています。

●問 地方創生課  
TEL 23・1148

南校区まちづくり協議会



熱気球搭乗体験は、NPOパートナーシップ創造事業補助金を活用した取り組みです。

### 第4回熱気球搭乗体験

12月3日に熱気球搭乗体験を開催し、6年生児童やPTA約150人が参加しました。

コロナ禍の中、「児童の笑顔を取り戻そう」と宮崎大学熱気球部や南小学校・PTA協力のもと始めた搭乗体験も今年で4回目。すっかり定番となり「6年生になったら熱気球に乗れる南小学校」になりました。

体育館で熱気球講座を行った後、日の出を背景に全員で写真撮影。その後の搭乗体験では、上空から校舎と霧島連山を眺め、小学校の大切な思い出になったとの声もいただきました。

今回から、他地区のきずな協働体も招待し、小林小学校、野尻地区から参加がありました。今後、市内全域へ熱気球体験が広がることを期待しています。

東方校区まちづくり協議会

## 交通安全教室開催&健幸ウォーキング大会参加者募集

### 東方健幸ウォーキング大会開催

- 開催日 2月11日(日曜)
- コース 東方地区内
- 申・問=東方校区まちづくり協議会  
Tel 48-0205 Fax 48-0206
- ※イベント詳細は1月中旬に決定します



11月7日、東方研修館で交通安全教室を開催しました。

地域住民の交通安全意識の向上を目的に、小林交通安全協会や小林警察署と連携。講話に加え、交通ルール〇×クイズなどをとおして、正しい交通ルールを再確認しました。

安全防災部会では、今後も地域住民が交通事故の加害者・被害者にならないように、安全を守る活動を継続していきます。



## 2023 小林市読書まつり

### 読書感想文・感想画コンクール

11月19日、小林市立図書館で「2023 小林市読書まつり 読書感想文・感想画コンクール表彰式」が開催されました。

コンクールは、子どもたちが本に親しみ、読書とおして言葉を学び、感性を磨くことで表現力が豊かになることを願い毎年実施しているもの。

今年は読書感想文・感想画あわせて市内小・中学校から165点の応募があり、38点を市長賞、議長賞、教育長賞として選出しました。

表彰後は、読書感想文で市長賞を受賞した紙屋小学校6年の石川ひかりさん、細野中学校3年の上野海桜さんが代表して感想文を朗読。

また、入賞した読書感想画は、市立図書館や市役所1階多目的スペースで展示を行いました。



Photo1 受賞作を朗読する石川ひかりさん(題「言葉の大切さ」)、2 受賞作を朗読する上野海桜さん(題「今を全力で生きる」) 3 市立図書館図書館本館での読書感想画の展示の様子

- 【読書感想文受賞者(敬称略)】市長賞 永山心奈月(南小1年)、中窪莉子(南小2年)、小原湊(細野小3年)、池上和愛(野尻小4年)、上園悠葉(野尻小5年)、石川ひかり(紙屋小6年)、上野海桜(細野中3年)
- 議長賞 村川結咲(紙屋小1年)、内木場芽(東方小2年)、山田悠月(幸ヶ丘小3年)、山川勇次郎(須木小4年)、種子田結花(細野小5年)、和田紗也加(三松小6年)、今別府彩夏(永久津中2年)、木場妃乃(東方中3年)
- 教育長賞 相牟田章太郎(栗須小1年)、吉田楽(三松小2年)、服部大輔(南小3年)、三宅晃翔(細野小4年)、加藤秀太郎(須木小5年)、吉村隆佑(南小6年)、下沖菜七(西小林中1年)、押領司彩良(細野中2年)、丸田なつき(細野中3年)
- 【読書感想画受賞者(敬称略)】市長賞 堀下拓夢(南小1年)、黒木桜蘭(細野小2年)、今村爽那(小林小3年)、永原陽琉(南小4年) 議長賞 孝橋美咲(南小1年)、黒木愛華(南小2年)、村社杏(須木小3年)、和田渉夢(南小4年) 教育長賞 長野恭介(南小1年)、福永琴子(南小2年)、山下璃乃(野尻小3年)、川野真那実(栗須小4年)、永野華(細野小5年)、玉置らら(南小6年)

## 「食」の大切さや楽しみを絵画で表現

### 「弁当の日」絵画作品コンクール 最優秀賞3点が決定!

「食」の大切さや楽しみを考えてもらおうと、夏休みを利用して今年も市内小・中学生を対象に「弁当の日」に関する絵画作品を募集しました。今年は265点の応募があり、各部門で最優秀賞3点が決定しました。最優秀賞作品は、ポスターを作成し、市内小中学校や市役所に掲示します。

#### 小学校下学年の部



幸ヶ丘小2年 大田 正太郎さん

「おっっお弁当」

#### 小学校上学年の部



細野小5年 坂本 深流さん

「大好きなおかず ばっかのお弁当」

#### 中学校の部



「いただきます」  
三松中1年 芝田 幸貴さん

# 図書館からのお知らせ

★新刊本の入荷  
は毎週土曜

## 特別整理による休館のご案内

図書館本館・須木分館・野尻分館の蔵書約18万冊の資料確認（蔵書点検）を行うため、次の日程が休館となります。

- 本館**  
2月1日（木曜）～2月10日（土曜）
- 須木分館・野尻分館**  
2月1日（木曜）～2月12日（月曜）

## 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

## 子どもまんながコーナー ができました！



図書館本館1階に「子どもまんながコーナー」を新設しました。  
妊娠・出産から、赤ちゃん・幼児期・小学生・中学生までの子育てに関する本や雑誌、パンフレットをまとめたコーナーです。ぜひご利用ください。

## 健康のまちづくり拠点施設整備 つうしん

### 新市民体育館の建設業者が決定

複合型新市民体育館の建設に向け、11月10日に「小林市健康のまちづくり拠点施設整備事業デザインビルド委託事業者プロポーザル選定委員会」を開き、最優秀提案者を決定後、12月議会定例会の議決を経て12月19日に契約締結を行いました。

#### ■審査経緯

※プロポーザルへは2者から参加表明があり、1者が提案書を提出。選定委員の評価点数を平均し、最優秀提案者を選定しました。（得点：70.26点）

#### ■最優秀提案者

・小林市健康のまちづくり拠点施設整備共同企業体  
【共同企業体構成員】

前田建設工業(株)九州支店(福岡市) / 榎坂下組(小林市) / 坂口建設(株)(小林市) / 株内藤建築事務所九州事務所(福岡市) / 有臣建築設計事務所(小林市)

#### ■契約金額 45億7490万円

※事業者選定方式のひとつで「企画競争入札」ともいいます。不特定多数の企業の中から定められたテーマの企画書・提案書などの提出を求め、最も適した提案をした企業を契約の相手とする方式のことです。



●問=建設課 Tel 23-0311

※新市民体育館外観イメージ

## Carbon豆知識

市は2050年までに二酸化炭素の排出量実質ゼロを目指す「ゼロカーボンシティ」を宣言しています。

### ZEBの種類

ZEBは、建物内の電気をその建物の設備でつくる電気でもかなえる建築物ですが、ハードルが高いため、その前段階の呼び方があります。

まず、『ZEB Ready』は、高断熱化などにより基準の消費エネルギーの半分以下に抑えることのできる建築物です。また、さらに進んだ『Nearly ZEB』は、ZEB Readyの基準をクリアし、さらに発電設備で消費エネルギーを4分の1以下に抑えることのできる建築物になります。

その他、延べ床面積1万㎡以上の大規模な建物に対して設定された『ZEB Oriented』は、基準の消費エネルギーから、オフィス・学校・工場は4割以上、それ以外は3割以上抑えた建物が当てはまります。

いずれも基準のエネルギー消費量から大幅に抑えるため、エネルギーを極力必要としない高断熱化、日射遮蔽などの資材を導入するパッシブ技術、エネルギーを無駄なく使う高効率の空調、照明、給湯器を導入するアクティブ技術を組み合わせることが重要です。

国の補助制度は、ZEBなど他の段階でも対象となる場合があります。国が後押しする脱炭素に向けて、皆さんも取り組んでみませんか。

●問=生活環境課 Tel 23-8122



幻のさつまいも「霧島むつき」を使用した「焼き芋タルト」



須木栗を使用した「須木栗ジェラート」。栗の風味と上品な甘みが特徴のスイーツです。



## すきむらんどニュース — すきむらんどニュース — こだわりの一品を味わいませんか すきむらんどフードトラック！

昨年のすきむらんど滝まつりで初登場して以来、すきむらんど内でのイベントや夏の河川プール、こぼやし秋まつりなど、さまざまな場所にフードトラックを出店させていただきました。  
令和6年も引き続き、お祭りやイベントなどいろいろな場所に出店し、「焼き芋タルト」や「須木栗ジェラート」、「お結びやおむすび弁当」などなど、イベントによってさまざまなメニューを展開していく予定です。  
すきむらんど写真がデコレーションされた「すきむらんどフー

ドトラック」を見かけた際はぜひ、お立ち寄りください！

良質な須木産米を使用して作る、おこめ処 お結びやおむすび弁当。米の粒が大きく、甘みが深く、冷めても美味しい、ふわふわのおむすびです



【その他】お結びや、かるかや、かじかの湯などの情報はすきむらんどホームページへ



■すきむらんど (株) BRIDGE the gap Tel 48-2480

## 元気の知恵袋

●問=健康推進課 Tel 23-0323

## 正月太りを解消しよう！

正月太りに気付いたらできるだけ早くリセットをクリスマス、忘年会、おせち料理、お雑煮…。楽しかった年末年始を過ごした後、気づけば体重が増えたり、お腹周りが大きくなっていますか？  
気づいたその時に、できるだけ早く体型や体重をリセットしましょう。  
短期間で太った場合、主に内臓周りに脂肪が蓄積されます。この脂肪はすぐに対処すれば、比較的短期間で落とすことができると言われていています。  
食生活の改善と運動で正月太りを解消  
正月太りを解消するためには、まずは年末年始で乱れた生活を元に戻しましょう。そのために重要なのは食事と運動で、かつ継続して行うことが大切です。  
正月太りを解消するためには、できることから始めてみませんか？

### 運動のポイント

- POINT 1** 体脂肪の燃焼には、ウォーキングやジョギング、水泳などの有酸素運動が効果的です。
- POINT 2** 家の中での踏み台昇降やラジオ体操、歯磨きのときにつま先立ちをするなどの“ながら運動”も立派な運動です。まずは1日10分間から！

### 食事のポイント

- POINT 1** 食事は規則正しく、腹八分目までに抑え、間食や夜食はできるだけ控えましょう。
- POINT 2** ①アルコール、②甘いもの、③脂肪物の3つの「あ」を取り過ぎないように心がけましょう。

画：友安よーいち

第113話「元旦の山はみこでど」



広報紙へのご意見・ご感想をお気軽に寄せください



読んだ感想や、こんな情報が知りたい、この人取材してほしいなどのご意見を、QRコードからお寄せください。

心の花びら

吉都線金の卵と旅立ちて山・川・恋しいと傘寿の友(武ナミ子)

(佐枝記子)

老の身は胸の思いを言の葉に散らさず深く奥にしまいぬ

暖冬に百舌声聞けず寂しくも(長友正臣)

モミ木立ちあおばと睦む郷土の朝(東脇哲郎)

初日の出赤霧島に龍の雲(小林からくに会 中園直子)

木枯しやグランドゴルフ奮闘す(小林合歓の会 淵上律子)

子等の継ぐ郷土芸能帰り花(小林合歓の会 内田トシ子)

空っ風子は風の子になりにつけり(小林合歓の会 小村明子)

神の旅追うてひとりの新幹線(小林合歓の会 海蔵由喜子)

楕ついで後のむなしき里芋煮(小林合歓の会 藤林伸岳)

SUKU SUKU

川野 湊心くん

令和5年8月9日生



最近ハンドリガードを覚えた湊心くん。いつまでもお兄ちゃん(楓心くん)大好き、弟大好きな仲良し兄弟でいてね。保護者：川野宏也、愛

すくすく募集中!

【申・問】

・企画政策課 TEL 23-0456



申し込みはコチラ!

西之原 夏翔くん

令和3年6月28日生



いつもニコニコ優しい夏翔くん!これからのたくさん食べて大きくなってね♪大好きだよ? 保護者：西之原啓士朗、彩夏

<編集後記>

秋まつりや駅伝大会などのイベントが盛り上がり、少しずつ日常を取り戻しつつあると感じます。春先には絶景ウォークやマラソンも行われます。ぜひ参加してみませんか。(榎田)

小林人で取材して3年、広報担当として寺田匠さんが駆け上がって行く姿を追うことができうれしい限りです。K-1チャンピオンを取材できるのが待ち遠しいです。(前原)

ハッシンコバヤシ info

2023年CM大賞 優秀賞受賞!

蛙亭・イワクラさん主演のPRムービーがCM優秀賞に

県内の優れたテレビコマーシャルに贈られる第34回「UMKCM大賞」において、市で制作・公開した「ハッシンコバヤシ!! ～とことこイワクラ篇(イワクラ使節団ロゴ有)」が優秀賞を受賞しました。昨年の最優秀賞「ハッシンコバヤシ!! ～覚えてたの映え～篇」に続き、2年連続の受賞。今回はCM作品94作品がノミネート。入賞作品を表彰する贈賞式が11月22日に宮崎市であり、「自治体で2年連続受賞は非常に稀な取り組み」と講評を受けました。



イワクラさんが作詞した歌詞をもとに、本人主演で映像化。作曲は、イワクラさんと親交のあるお笑い芸人トニーフランクさん(吉本興業所属)。西諸井の歌詞と、キャッチーなメロディーは一度聴いたら頭から離れない中毒性のあるものに仕上がっています。イワクラさんの表情も注目ポイントです。



一緒に小林のよかところをハッシンしよう! 投稿写真から数点を広報紙で紹介します

Instagram & 広報こばやし #ハッシンコバヤシ

「ハッシンしたい小林の魅力」を写した写真に「#ハッシンコバヤシ」のハッシュタグを付けて、Instagramに投稿しませんか。市内で撮影したものであれば、景色、日常風景なんでもOK。



◀詳細はコチラ

@y.yoshiko さん

@blueseal2067 さん



# かるかや # 紅葉 # 茅葺き屋根

@c\_hoku\_36 さん



# サイコロステーキ # ふるさと納税



# 仲町 # スナック # レトロ

人のうごき(小林市の人口)

人口	41,918人	(-32、-611)
男	19,562人	(-4、-280)
女	22,356人	(-28、-331)
	19,168世帯	(+22、-31)

令和5年12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)をもとに、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。

火災・救急発生状況

種別	11月	累計	昨年
建物	0	10	±0
林野	0	2	-1
車両	0	0	-2
その他	1	9	+1
救急	196	2,132	+161

交通事故発生状況

種別	11月	累計	昨年
人身	13	117	-2
物損	84	838	+34
死者	0	1	-3
負傷者	16	147	+17
全国死者	2,378	(昨年同月比 +48)	



初詣・七草  
日本神話の郷 **霧島岑神社**

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

目と耳の健康を守るために、当店の専門員が  
あなたに合ったメガネと補聴器をご提案します。

メガネ と 補聴器

**メガネの光学堂**  
小林補聴器センター

小林市本町 102 本店:☎0984-23-3036 本町店:☎0984-23-7535

九州355インテリアグループ ●営業時間：朝8時～夜7時

**(有)やすかた豊ふすま店**

小林店 〒886-0007 小林市真方384-10  
TEL **0984-22-4566**  
FAX **0984-27-4566**

都城三股店 〒889-1914 三股町蓼池字前ノ村4178  
TEL **0986-36-3820**  
FAX **0986-36-8621**

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・随時見学可

☎23-5653/Fax22-5142  
〒886-0003 小林市堤 3727 番地 1  
<http://wada-clinic.or.jp/> 和田クリニック

**(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

トラクター・重機  
トラック・農機具

見取り無料  
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  
アヴァンティ 携帯:080-3375-9750  
FAX:0986-77-9092  
<https://kaitorimiyazaki.jimdo.com>

倉菌牧場直営店  
beef  
**kurazono**

変わらぬおいしさ、更なるおいしさ・・・  
ハレの日は ビーフックくらそので。  
※ご予算に応じて8,000円～ご予約賜ります。

TEL 0984-24-1515  
E-mail info@beef-kurazono.com

**K株式会社 こさの印刷**

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

広報こばやしでは、収入確保対策として有料広告を掲載しています。  
広告内容は市が推奨するものではありません。掲載している広告の内容などへの問い合わせは、直接広告主へお願いします。