

広報こばやし

みんなでてなむ 笑顔あふれる じょじょんよかところ 小林市

2024.JUN

KOBAYASHI

6

No.219

特集

大雨・台風・地震がやってくる前に…

今こそ見直す防災対策



特集

大切な人の心と命を守る

一人一人が互いに支えあい 居心地の良いまちづくりを



大雨・台風・地震がやってくる前に… 今こそ見直す防災対策

毎年のように発生する大雨・台風による被害。そして、姉妹都市「石川県能登町」を襲った大地震。災害に対する関心が高まっている今こそ、家族で、地域で、防災対策を見直してみませんか？

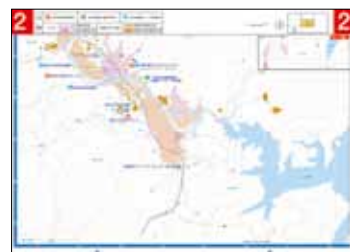
●問＝危機管理課 Tel 23 - 1175



✓ まずは総合防災マップをチェック

小林市総合防災マップには、避難所の場所や土砂災害・急傾斜地の警戒区域が表示された地図だけでなく、防災対策や備蓄品のチェックリスト、災害時の注意点などさまざまな情報がまとめられています。防災対策を考えるうえで、ぜひ内容を確認してください。

防災マップは危機管理課で配布しているほか、市ホームページ（右QRコード）からも確認できます。



令和5年8月、台風6号の影響で小林市にも「線状降水帯」が発生し、河川が氾濫、一部地域では床上浸水が発生するなど、大きな爪痕を残しました。

また、今年1月1日には、能登半島でマグニチュード7.6の地震が発生。現在も被災地では、懸命な復旧・復興作業が続いています。

さらに、4月17日の豊後水道を震源とする地震では、愛媛・高知両県で最大震度

6弱、西諸地域でも震度4（小林市は震度3）を観測するなど、大きな地震も続いています。

これから梅雨・台風のシーズンを迎えます。集中豪雨や台風、地震など、私たちの暮らしを脅かす自然災害。

今回の特集を通じて、家族で、地域で、事前にどう災害に備え、実際に発生したときにどう行動するのか話し合ってみましょう。

市政の動きトピックス

前職の経験を活かし須木地区を活性化 黒部有人さんに 地域おこし協力隊を委嘱



地域外から人材や新たな発想・能力を積極的に誘致し定住・定着を図ることで、地域の活性化を目指す「地域おこし協力隊」。5月1日、愛知県名古屋市出身の黒部有人さんに協力隊を委嘱しました。黒部さんは大学卒業後、自動車部品メーカーで自動車用品のデザインを担当。任期は最長3年で、前職の経験を生かして須木地区のイベントや特産品の広報活動、「すきむらんど」での企画・運営などに取り組みます。（関連記事 24 頁）

観光イメージキャラクター「こすモ～」 お洋服デザインコンテストで 最優秀賞受賞の新衣装お披露目



5月5日、生駒高原で「こすモ～」の新衣装お披露目会がありました。新衣装は、小林まちづくり株式会社主催のお洋服デザインコンテストで最優秀賞となった中村文香さん（写真㉔）のデザインによるもの。コンテストでは、こすモ～賞を福留心愛さん（写真㉕）、アクセサリー賞を森山仁湖さん（写真㉖）が受賞しました。今後は、新衣装を着たこすモ～が市内外のさまざまなイベントに登場します。ぜひ会いにきてください。

CONTENTS

広報こばやし
No. 219

2024 June 6

- 02 市政の動きトピックス
- 03 特集／大雨・台風・地震がやってくる前に…
今こそ見直す防災対策
- 08 特集／大切な人の心と命を守る
～一人一人が互いに支えあい 居心地の良い
まちづくりを～
- 12 令和6年度の区長さんをご紹介します
- 13 ミニ特集／～6月は環境月間～
気になるプラごみのナゾ
- 14 Pick Up Topics
市教育委員会が新体制に
姉妹都市「石川県能登町」への支援を継続
- 15 こばやし Topics
- 18 おしらせ
- 20 くらしのカレンダー
- 22 元気の知恵袋／ベジ活／
やっぱい元気がよか！／社協タイムズ
- 24 健幸のまちづくり拠点施設整備つうしん／
手話で話そう！／地域おこし協力隊通信
- 25 図書館からのお知らせ／すきむらんど NEWS
- 26 ハッシン info／Instagram& 広報こばやし
- 27 心の花びら／SUKUSUKU／こすモ～につき

今月の表紙

出の山公園で幻想的なホタルの乱舞



表紙は「出の山ほたるまつり」で特別に開放される遊歩道で撮影したホタルの様子。5月21日にはまつりを盛り上げることを目的に、小林まちづくり株式会社や商工会議所、地元業者、ボランティアなど約100人がホタル観賞遊歩道や出の山公園周辺の草刈りなどを実施しました。



災害時の情報収集は、 メール・LINE・ラジオで

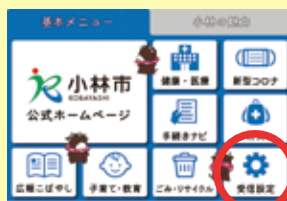
小林市メール配信サービス

大雨や台風の時季に防災情報を素早く手に入れることができます。

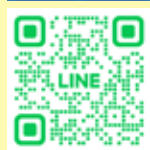
右 QR コードを読み取って空メールを送付し、届いたメールの URL をクリック。利用規約を確認後、配信を希望する情報などを選択して登録完了です。



市公式LINE



市公式 LINE でも防災・防犯情報を受信できます。左の QR コードを読み取って友だち登録し、画面下に表示される基本メニューの受信設定を選択。欲しい情報から「防災情報」を選択して完了です。



防災ラジオ

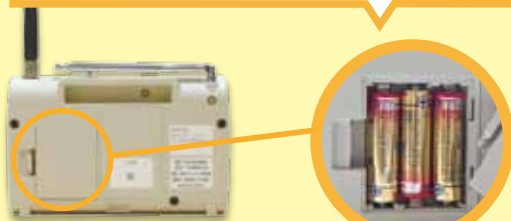
各世帯に1台ずつ、無償で配布（貸与）しています。配布を希望する人は、危機管理課までお越しください。

停電のときには電池で動きますので、事前に電池の状態を確認ください。



単3電池が3本必要です！

非常時持ち出し品の中に予備の電池を準備しておきましょう。ラジオに電池を入れたままにしておくと、液だれにより故障の原因になります。定期的に交換しましょう。



知っていますか？警戒レベル

ある程度予測ができる台風などの風水害は、早めの避難行動が大切です。空振りに終わっても「なににもなくてよかった」と考え、早めの避難をお願いします。

命 守 つ て	レベル 5	緊急安全確保	すでに安全な避難ができず、命が危険な状況。ただちに安全を確保。
	レベル 4	避難指示	“危険な場所” から全員避難。
	レベル 3	高齢者等避難	高齢者や障がいのある人は避難。それ以外の人も危険を感じたら自主避難。
逃 げ る 準 備	レベル 2	大雨・洪水・高潮注意報（気象庁が発表）	
	レベル 1	早期注意情報（気象庁が発表）	



どのように情報収集しますか？

市は、メール配信サービス・市公式 LINE・防災ラジオで気象情報の変化や避難所開設の情報などを随時流しています。

台風6号での「緊急安全確保」の発令では、夜間であり雨が激しいため、避難所などへ向かうことはかえって危険と判断し、在宅での安全確保をお願いしました。



21時40分
市内全域に**緊急安全確保（レベル5）**を発令（初）
本庄川が氾濫注意水位3・5メートルに到達

8月10日

5時02分

大雨警報（土砂災害）へ移行、洪水警報解除

6時00分

緊急安全確保（レベル5）を解除
高齢者等避難へ移行

18時35分

土砂災害警戒情報解除、高齢者等避難解除

20時00分

最後の避難所を閉鎖

8月11日

4時29分

大雨警報（土砂災害）解除



真方川の越水でアスファルトがはがれた道路



事前に家族で話し合っていますか？

「避難するときに何を持っていく？」、「避難場所はどこ？」、「家族の職場や親戚の緊急連絡先は？」…。大雨や台風に限らず、いざというときにどうすればいいか、家族で決まり事を作ったり話し合っておくことが、家族を守ることに繋がります。

8月8日

13時07分

大雨警報（土砂災害）が発令

15時00分

高齢者等避難（レベル3）を発令

避難所13カ所を開設

21時50分

紙屋地区を中心に土砂災害警戒情報が発令

8月9日

2時50分

大雨警報（土砂災害、浸水害）が発令

20時00分

1時間雨量59ミリを観測

20時27分

洪水警報が発令

21時00分

宮崎県の南部山沿いに**線状降水帯**が発生

真方川越水

1時間雨量観測史上最大93・5ミリを観測

岩瀬川が氾濫危険水位5・7メートルに到達



一時3,210戸が停電 停電・断水に備えていますか？

台風6号では市内で多数の停電が発生し、浄水場の電源喪失により一時断水する地域もありました。

停電に備えて懐中電灯や予備の電池などを準備し、湯船などに生活用水を貯めておきましょう。



停電が起きたら…

事前に分電盤の位置を確認しましょう。通常、分電盤は玄関・台所・脱衣所・廊下の上に設置されています。停電情報の確認には、九州電力送配電株式会社のサービスを活用ください。なお、市役所では復旧の見込みなどについて回答はできません。

停電状況の問い合わせ先

■停電情報自動応答サービス
居住エリアの停電状況を自動音声で案内します（24時間対応）

☎ 0120-426-306

■停電情報提供アプリ

停電・復旧見込み情報をアプリから確認できます（利用料無料）



iPhone 用
Android 用



大雨・台風に備える

令和5年8月の台風6号では、「線状降水帯」発生に伴い観測史上最大となる1時間に93・5ミリという猛烈な雨が降り、大きな被害が発生しました。左は、台風6号による警報などの発令を時系列順に表したものです。状況は刻一刻と変化します。次に同じような状況が発生したとき、あなたはどのよう行動しますか？

！最低3日分は準備！

非常時に備えて備蓄しておきたいもの（例）

大災害では外部からの支援が届くまで時間がかかります。もしもに備えて最低3日間（できれば1週間）生活できるように備蓄しましょう。

食料の備蓄は、災害用保存食の備蓄だけでなく、日常使っている飲食物を少し多めに購入し、定期的に食べて（1カ月に1・2度）、食べた分を買い足して備蓄する「ローリングストック法」がおすすめです。

☑ 飲料水

☑ 非常食品

お米（缶詰、レトルト、アルファ化米）、缶詰・レトルト食品、梅干し・調味料、フリーズドライ・チョコレート・アメ（菓子類など）

☑ 燃料

固形燃料、ガスボンベ、卓上コンロ

☑ 工具類

スコップ、バール、ノコギリ、ジャッキ、ロープ、ペンチ

☑ その他

皿・コップ・はし、調理器具（なべ・やかんなど）、簡易トイレ、毛布・寝袋・洗面用具・ドライシャンプー（断水時でも使える）、バケツ・各種アウトドア用品（ランタン・タープ）、ラップ・アルミホイル・キッチンペーパー、缶切りなど、ろうそく・新聞紙・段ボール・ガムテープ・着火ライター・マッチなど

非常時に持ち出せるようにしたいもの（例）

非常持出品は備蓄の一部と考え、備蓄品の中から避難生活に必要なものをリュックサック1つにまとめましょう。

乳幼児や要介護者がいる場合など、家庭状況に応じて必需品が変わることに注意が必要です。

☑ 貴重品

現金（千円札や公衆電話で使える10円玉も）、印鑑、預金通帳・マイナンバーカード・健康保険証・運転免許証などのコピー、カード類（コピー）、車や自宅の予備の鍵

☑ 避難グッズ

懐中電灯・ヘッドライト（一人にひとつ）、ヘルメット

☑ 救急医療品・衛生用品

救急用品グッズ（ばんそうこう・消毒薬・かぜ薬・胃腸薬・ガーゼ・包帯など）、持病薬、簡易トイレ、ティッシュペーパー・トイレットペーパー、ウェットティッシュ、ペーパー歯磨き

☑ 非常食品など

飲料水、紙皿・紙コップ、非常食（そのまま食べられるものや缶詰）

☑ その他

携帯電話やスマートフォンの充電器・モバイルバッテリー、衣類（上着・下着など）防犯ブザー、メガネ・予備のコンタクトレンズ、その他家庭の状況に応じたもの（乳幼児がいる場合、粉ミルクや哺乳瓶、離乳食、紙おむつ、おしりふき、母子手帳、おもちゃなど）



飲料水は1人1日3ℓが目安！

※2人なら、3日間で2ℓのペットボトル9本

好きなものや 食べ慣れたものも備蓄しておく

災害時にはストレスなどから食欲がなくなることも。そんなとき好きなものや食べたい物を食べると精神的にもプラスになります。好きなものや食べ慣れたものも備蓄しておきましょう。

トイレ対策を万全に！

停電や断水で水洗トイレが使えない場合、トイレを我慢することで健康被害につながることも。飲料水とは別にトイレを流したりする生活用水をポリタンクに確保したり、市販の簡易トイレを準備しておくことで安心です。トイレットペーパーやウェットティッシュも忘れずに！

地域防災のリーダー「防災士」を養成

防災士養成研修(基礎コース)

日 程 7月21日（日曜） 9時30分～17時（9時受付）

場 所 えびの市文化センター2階（大研修室）

対 象（全て満たす人）

県内在住・在勤／全ての講座に出席できる／研修の目的を理解できる／日頃から防災に関わっている、または地域の防災活動に貢献する意志・意欲がある

受講料 無料

※資格取得には受験料3千円、認証登録料5千円が必要

申込方法 F A X、電子メール、郵送（申込書ダウンロードや詳細は県ホームページを確認ください）

申込締切 7月11日（木曜）

申・問 宮崎県防災士ネットワーク

〒880-0805 宮崎市橘通東3丁目1番11号

TEL：0985-55-0447 FAX：0985-55-0467

MAIL：kenbousaishi-nw@cronos.ocn.ne.jp



事前に蓄える

大雨・台風・地震に共通する備えとして、食料や水の備蓄、非常時持出品を準備しておきましょう。また、日頃から防災に関する知識を蓄えておくことも大切です。

check ✓

事前にできる地震への備えの例

☑ 家具が転倒しないように家具は壁や天井に固定

L字金具や支え棒で壁や天井に固定するなど、転倒防止策を万全に。食器棚などの開き扉は、開かないよう止め金具をつける。



☑ 家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる

人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。難しい場合は、少しでも安全なスペースができるように配置換えを。

☑ 出入口や通路にものを置かない

出入口までの通路に倒れやすいものを置かないようにしましょう。玄関にいろいろなものを置くと、いざというときに出入口をふさいでしまうことも。

☑ 寝室や子ども部屋には、できるだけ家具を置かない

☑ 手の届くところに懐中電灯やスリッパなどを準備

☑ 窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る

地震対策に補助金が出ます 管財課 ☎ 23-0222

木造住宅の耐震診断・耐震改修

対象住宅 昭和56年5月31日以前に建築された木造住宅（戸建て、長屋及び共同住宅）

補助金額 耐震診断：診断費用へ最大13万円補助

耐震改修工事：工事費用の80％（最大100万円補助）

その他 予算に限りがあるため先着順となります。申請前に診断・改修工事に着手したものは対象外です。

危険ブロック塀除却

補助対象 道路面から高さ80㎝以上で健全性が確保されていないと市が確認したもので、次のいずれか

①地域防災計画に位置づけた避難路沿道にある

②小学校からおおむね半径500mの範囲内にある

補助額 ①～③のいずれか少ない額の3分の2以内

①見積額、②同一敷地につき35万6千円、③除却費（延長1m×1万2千円）＋建替設置費（延長1m×1万5千円）の合計

その他 予算に限りがあるため先着順となります。申請前に診断・改修工事に着手したものは対象外です。

市内では54の自主防災組織が立ち上がっています。大地震が小林市の直下で起こらないとも限りません。「今まで起きたこととは違う」で終わるのではなく、「今まで起きなかったけど、もし起きたら」と、人任せにせず自分たち自身で考え、行動するのが自主防災組織です。

地域で自主防災組織が訓練するときには、ぜひ積極的に参加してください。防災行動力を高めるのはもちろん、防災訓練は地域の人同士が顔を合わせる場にもなります。

近所とのコミュニケーションをしっかりとって、互いのことをある程度知っている関係になることで、「助ける力」だけでなく「助けられる力」を高めることにもつながります。



地震に備える

大雨や台風と違い、事前に予測することが難しい地震。日頃からの備えが大切です。

大きな被害が予想される南海トラフ地震

今後30年以内に70～80％の確率で起こるとされている「南海トラフ地震」では、市内の大部分で震度6弱の揺れが想定されています。建物被害は全壊・半壊あわせて2500棟、上下水道や道路などへの被害、停

電などが発生し、被災1週間後には4千人以上の避難者が発生すると想定されています。

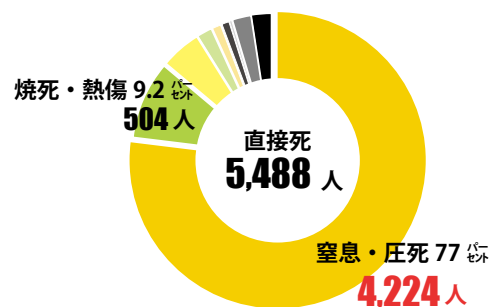
耐震化・家具の固定で命を守る

平成7年の「阪神・淡路大震災」では、地震による直接死は約5500人、うち7割以上が「家屋の倒壊

や家具などの転倒による窒息・圧死」となっています。大地震では、昭和56年以前の古い耐震基準のときに建てられた住宅は倒壊する危険性が高くなります。

また、タンスや食器棚、窓ガラスや天井から吊るす照明器具、テレビ、電子レンジ・オーブンなど、家の中には凶器となり得るものがたくさんあります。地震が発生したとき、それぞれの部屋にどんな危険があるのかを考えて、対策を立てることが大切です。

阪神・淡路大震災による死因



厚生省大臣官房統計情報部『人口動態統計からみた阪神・淡路大震災による死亡の状況』（1995）から作成

地震による揺れから命を守るための「家屋の耐震化」や「家具の固定・転倒防止」に、できることから取り組みましょう。

Interview

自主防災組織の避難訓練に積極的な参加を

市内では54の自主防災組織が立ち上がっています。

大地震が小林市の直下で起こらないとも限りません。

「今まで起きたこととは違う」で終わるのではなく、「今まで起きなかったけど、もし起きたら」と、人任せにせず自分たち自身で考え、行動するのが自主防災組織です。

地域で自主防災組織が訓練するときには、ぜひ積極的に参加してください。

防災行動力を高めるのはもちろん、防災訓練は地域の人同士が顔を合わせる場にもなります。

近所とのコミュニケーションをしっかりとって、互いのことをある程度知っている関係になることで、「助ける力」だけでなく「助けられる力」を高めることにもつながります。



災害ボランティアコーディネーター かわの たかし 川野 隆志 さん 6

「いのち ささえる」

小林市では、市民一人一人が、支えあい、誰も自殺に追い込まれることのない、居心地の良い地域づくりを目指し、令和6年3月に「いのちを支える 小林市自殺対策行動計画―第3期―」を策定しました。

■計画期間
令和6年度～令和10年度

いのち ささえる
小林市自殺対策行動計画
―第3期―
【令和6年度～令和10年度】



令和6年3月
小林市

策定した計画は市ホームページで確認できます



自殺の危機要因イメージ

日常生活

子育ての不安
進路の悩み
介護疲れ
被虐待
ごみ屋敷
頼れる人がいない

ひきこもり
事業不振
いじめ
不登校
性被害

精神疾患
過労
多重債務
失業

生活苦
病苦
社会的孤立

うつ状態
死にたいという気持ち
アルコール等の依存

自殺

※ NPO 法人ライフリンク「自殺実態白書 2013」をもとに作成

置かれた状況次第で誰にでも起こりうる

私たちの身の回りでも、多くの人たちが悩みを抱えて暮らしています。令和5年に実施した市民アンケートでは、『感じている悩みや苦勞、ストレス、不満』の設問に「特にない」と回答した人は27・5割にすぎず、言い換えると、7割以上の人が日常的に何らかの悩みなどを抱えていることが分かります。（図4）

具体的な悩みは、「病気など健康の問題」が最も高く、次いで、「家庭の問題」「経済的な問題」。

前述した自殺の原因・動

大切な人の心と命を守る

～ 一人一人が互いに支えあい 居心地の良いまちづくりを ～

さまざまな悩みや不安が原因で自ら命を絶つ「自殺」。

自殺は残された家族や身近な人にも深い心の傷を残します。

私たちのすぐ近くにも、さまざまな悩みを抱え、自殺を考えるほど苦しんでいる人がいるかもしれません。

6月10日～16日は西諸地区自殺予防週間です。

自殺で亡くなる人を少しでも減らすために、私たちにできることについて一緒に考えてみませんか。

●問＝健康推進課 Tel 23 - 0323

国・県と比較しても高い自殺死亡率

私たちが暮らす日本は、世界的な長寿の国として知られています。

その一方で、自殺者の数が多く、厚生労働省がまとめた「令和5年中における自殺の状況」によると、令和5年の自殺者数は全国で2万1837人、平均して1日約60人がその尊い命を失っている計算です。

人口10万人あたりの自殺者数を表す自殺死亡率では、主要先進国の中ではワースト1位となっています。（図1）

都道府県で比較すると、宮崎県の自殺死亡率は全国で3番目。中でも小林市は全国・県を大きく上回っています。（図2）

この自殺死亡率は、えびの市と高原町でも高い傾向が続いていることから、自殺対策は西諸地域全体の課題となっています。

自殺は、その多くが「心理的に追い込まれた末の死」です

自殺の原因・動機で最も多いのは健康問題、次いで経済・生活問題、家庭問題です。（図3）

こうした原因や動機を見ると、自殺は個人の自由な意志や選択の結果と思われるがちですが、必ずしもそうではありません。

自殺者の多くが、過労や病苦、子育ての不安、介護疲れ、いじめなどのさまざまな悩みが複雑に絡み合うことで、解決策を見出せず、強いストレスにさらされ続けた結果、その解決方法として自殺を考えてしまうのだと言われています。

また、自殺を図った人の多くは、うつ病やアルコール依存症などの精神疾患を発症しており、その影響で正常な判断ができなくなっているケースが多いことが明らかになってきました。

悩みを抱えていても相談をためらう

厚生労働省の「令和3年度自殺対策に関する意識調査」によると、最近1年以内に自殺をしたと思ったことのある人のうち、およそ4人に1人が身近な人に悩みを聞いてもらったと回答しています。

こうした「悩みを誰かに相談する」「周囲に助けを求める」ことは人によって簡単なことだと思うかもしれませんが、自殺に悩む人は、その心の不調から周囲に訴えることが難しい場合があります。

市民アンケートでも、「悩みやストレスを感じたときに、誰かに相談したり、助けを求めたりすることになめらいを感じるか」という設問に32・8割が「そう思う」もしくは「どちらかという」とそう思う」と回答。（図5）

現在、自殺に追い込まれるほどの悩みや不安を抱えている人であれば、より多くの人たちが、誰かに相談したり助けを求めたりすることにためらいを感じていると考えられます。

SOSサインに気付き寄り添う

自殺を考えている人の多くは「死にたい」と「生きたい」の間で揺れ動き、実際に自殺をすることを想定した発言や言動などのSOSサインを出していると言われています。

「私たち一人一人が、身近な人のサインにいち早く気付き、声をかけ、寄り添うことを意識する」。

そうした行動が広がることで、気軽に周囲に悩みを相談できる環境づくりが進み、自殺を未然に防ぐことにつながります。

【図5】悩みやストレスを感じた際

悩みやストレスを感じたときに、誰かに相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じるか

そう思う	11.0%
どちらかというと思う	21.8%
どちらかというと思わない	18.3%
そうは思わない	33.1%
分からない	11.0%
無回答	4.6%

令和5年市民アンケートから

【図4】感じている悩みや苦勞・ストレス、不満

家庭の問題	23.9%
病気など健康の問題	37.1%
経済的な問題	21.5%
勤務関係の問題	20.1%
恋愛関係の問題	1.7%
学校の問題	0.8%
その他	5.2%
特にない	27.5%
無回答	3.6%

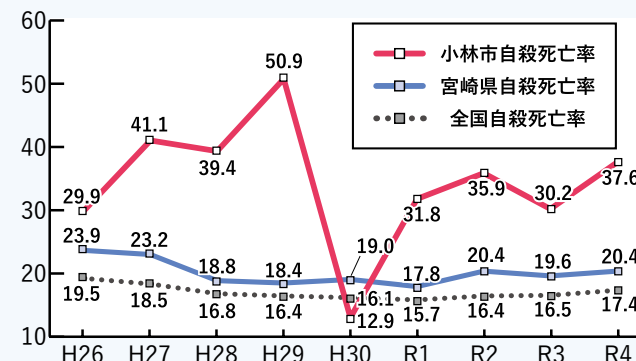
令和5年市民アンケートから
(複数回答有り)

【図3】令和5年自殺の原因・動機

原因・動機特定者数	19,449
原因・動機不特定者数	2,388
原因・動機 特定者の 原因・動機 ※複数回答	
家庭問題	4,708
健康問題	12,403
経済・生活問題	5,181
勤務問題	2,875
交際問題	877
学校問題	524
その他	1,734

厚生労働省「令和5年中における自殺の状況」から

【図2】自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）の推移

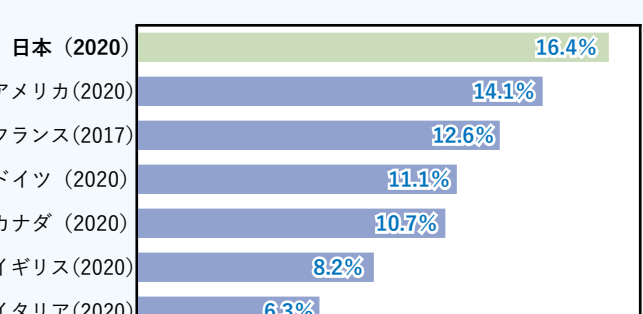


自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）の推移

年度	小林市自殺死亡率	宮崎県自殺死亡率	全国自殺死亡率
H26	29.9	23.9	19.5
H27	41.1	23.2	18.5
H28	39.4	18.8	16.8
H29	50.9	18.4	16.4
H30	19.0	16.1	12.9
R1	31.8	17.8	15.7
R2	35.9	20.4	16.4
R3	30.2	19.6	16.5
R4	37.6	20.4	17.4

厚生労働省「人口動態統計」より作成

【図1】G7（主要先進国）の自殺死亡率



G7（主要先進国）の自殺死亡率

国（年）	自殺死亡率（%）
日本（2020）	16.4%
アメリカ（2020）	14.1%
フランス（2017）	12.6%
ドイツ（2020）	11.1%
カナダ（2020）	10.7%
イギリス（2020）	8.2%
イタリア（2020）	6.3%

資料：世界保健機関資料（2022年2月）より厚生労働省自殺対策推進室作成

9 KOBAYASHI 2024.6

8

☑「こころの健康」チェック ～気づいてください！こころのSOS～

うつ病は生涯 15 人に 1 人がかかると言われ、誰もがかかる可能性のある病気です。
こころの不調に早く気づくことが大切です。

●自分が気づくサイン

- ☐ 今まで楽しめていたことも興味がわかず、楽しくない
- ☐ 食欲がなく体重が減る
- ☐ 死にたいと思う
- ☐ 集中したり、物事を決めたりするのが困難
- ☐ 眠れない、または眠りすぎる

●周りの人が気づくサイン

- ☐ 以前と比べて表情が暗く元気がない
- ☐ 仕事や家事の能率が低下、ミスが増える
- ☐ 周囲との交流を避けるようになる
- ☐ 飲酒量が増える
- ☐ 死ぬことを口にする

これらのサインが2週間以上続く場合は、医療機関などに早めに相談・受診しましょう

参考：宮崎県精神保健福祉センター「こころの健康～うつ病と自殺～」より一部抜粋

こころの相談窓口

悩みがあるときは誰かに話すことで気持ちが楽になります。

誰に話してよいか分からないときは、下記の窓口に相談してください（いずれも相談無料です）

小林保健所

- ◆電話 ☎ 23 - 3118
- ◆受付 ※月曜～金曜
- ◆時間 8時30分～17時15分

小林市健康推進課

- ◆電話 ☎ 23 - 0323
- ◆受付 ※月曜～金曜
- ◆時間 8時30分～17時15分

NPO 法人こばやしハートム

- ◆電話 ☎ 27 - 1850
- ◆受付 毎週月曜日
- ◆時間 20時～22時

※祝日・年末年始を除く

宮崎県ひなたのおせっかい

お悩み傾聴ダイヤル	下記日時以外		☎ 0570 - 783 - 755
こころの電話相談	月～金	9時～19時	☎ 0985 - 32 - 5566
NPO 法人国際ビフレンダーズ 宮崎自殺防止センター	日 月 水 金	20時～23時	☎ 0985 - 77 - 9090
NPO 法人 宮崎いのちの電話	月 水 金 日 火 木 土	21時～4時 18時～4時	☎ 0570 - 783 - 556



SNS相談窓口

NPO 法人あなたの居場所
誰でも、いつでも、無料・匿名で
利用できるチャット相談窓口です



個人情報保護されます。
匿名での相談も可能です。

一人一人が互いに支えあい 居心地の良い小林市に――

多くの人が悩みやストレスを抱えながら過ごしている現代。自殺は決して他人事ではありません。一人一人が身近な問題だと意識し、周囲の人に対する気付きや思いやりを持つことが、地域の自殺者を減らすことにつながっていきます。このまちで暮らす、私たち全員で居心地の良い小林市をつくっていきましょう。

自殺に悩む人たちの話を聴くこと 寄り添うことで笑顔になってもらえたら

日々の小さな悩みが 積み重なる前に

私たちサポーターは、特別な資格などを持っていないわけではありません。できることは話を聴いて寄り添うこと。内容によっては専門機関につなぐこともありますが、話を聴くことで、相手が少しでも笑顔になってくれればそれで役目は終わりだと思っています。

「何か悩みはないですか」「話をしてみませんか」という傾聴活動を行っている。大事なのは、その場で深刻な問題を探すことではなく、「気軽に話ができる場」という居場所づくり。自殺に至る悩みと聞くと大きな問題のように感じますが、実際に相談を受ける内容一つ一つは、小さな問題や勘違いである場合も多く、そうした日々の小さな悩みや不安が絡み合う前に話を聴き、寄り添うことが自殺予防につながります。



その人自身は元気であっても、周りで気になる人がいたら声をかけてあげてほしいという思いを込めて啓発・傾聴活動を行っています

私自身も大きな病気を患い、「このまま生きていて良いのだろうか」と悩み、苦しんだことがあります。当時、話すことも食べることがも眠ることもできず、頭の中でやりたいと考えていても体が動かなかった。そうした状況で生きていたのも辛く感じていたある時、薬を貰いに行った薬局の薬剤師に自分の現状を話し、救われたんです。帰る際には、「来た時と比べ、表情が良くなりましたね」と言われました。そこで感じたのは、悩み

苦しみ話すことで 命を救われた

に苦しんでいる時には、話を聴いてくれる人がいるだけで救われるということ。そうした経験をもとに、現在、こころのサポーターとして一人でも多くの人に言葉をかけたい、話を聴きたいと心がけています。

互いを思い合える 優しい地域づくりを

普段から関わりのある人でも、悩みを抱えている人への気付きというのは難しいこともあります。地域でのつながりが希薄化している現代だからこそ、身近にいる大切な人たちを含めた周囲の人たちとの関わりを大切にしましょう。「話を聴く」という誰もが日常的にできること。小林市で暮らす私たち一人一人が互いを想い、支え合うことができる地域づくりを進めることが、一人でも多くの自殺に悩む人たちの救いにつながるのではないのでしょうか。



▲養成講座の様子。救えるいのち、支えることばについて一緒に学びませんか

大切な人の命を守る
ゲートキーパー養成講座
身近な人に、不眠・食欲がない・笑顔がなくなったりなど、いつもと違う様子があつたら、何か悩みを抱えているのかもしれない。いざという時、そうした自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴き、必要な支援につなげ、見守る）をとるためには知識が必要。市では、どのように声をかけたらよいか、その方法などについて「ゲートキーパー養成講座」を定期的の実施しています。

●問・健康推進課
TEL 23・0323

～6月は環境月間～

気になるプラごみのナゾ

私たちが日頃から行っているごみの分別。分別はごみを資源に変える大切な作業です。今回はその中でもプラごみ（プラスチック製容器包装）の分別に注目し、その必要性や分別したごみの行方などについて学びます。

▼詳細は市ホームページ



●問＝生活環境課 Tel 23-8122



どこへ行くの？
事前処理したあとにコークス炉を用いて熱分解します。熱分解の結果、4割は油（化学原料）になり再度プラスチック製品などの原料に、2割はコークスとなり鉄鋼製品に、残り4割はガスになり、炉の発電などに利用します。私たちが分別して出したプラごみは100割無駄なく再利用されているのです。

どうしてプラごみを分別しなければならぬの？
プラスチックは、軽くて丈夫、さびや腐食に強く安価で大量生産できる素材です。現在では、私たちの身の回りにあるさまざまな生活用品に利用され、私たちが便利で豊かな生活を送るために欠かせない存在となっています。一方で、その利便性から世界中で大量に消費され、天然資源の枯渇や環境破壊、廃棄物処理場の不足など、さまざまな問題を引き起こす要因の一つとなっています。こうした課題を解決するため、日本ではプラごみの分別・リサイクルを進めています。

リサイクルの流れ



※出典：日本容器包装リサイクル協会



不燃物などを埋め立てている最終処分場

私たちのごみ分別が最終処分場の延命化につながっています
市の最終処分場は、平成3年に約8億2500万円をかけて建設されました。当初、最終処分場は平成15年には、ごみで埋め尽くされ使用できなくなってしまう見込みでしたが、プラごみの分別などを行うことで、これまで埋め立てていたごみの資源化が進み、現在でも最終処分場を利用できています。最終処分場を新たに建設する場合、多額の費用と労力が必要になります。最終処分場を1日でも長く利用し、次世代に「豊かな自然と共に安心してくらせるこばやし」を残すため、私たち一人一人が「混ぜればごみ、分ければ資源」を意識して分別に取り組み続けましょう。

1年間
よろしくお願いします！

自治組織のリーダーとしてご尽力いただく
令和6年度の区長さんをご紹介します



西町一区	おおた しんこ 大田 新子	南堤区	いとう えいさぶろう 伊藤 榮三郎	北西一区	なかむら よしひで 中村 義秀
西町二区	まつがの やすひろ 松ヶ野 安博	北堤区	すいしゅ たくや 水主 卓弥	北西二区	たにやま こういち 谷山 孝一
西町三区	なかた てるあき 中田 照明	西堤区	おおaura たけみつ 大浦 竹光	北西三区	きさぬき ゆきお 木佐貫 幸男
新生町区	おおさこ てるお 大迫 照雄	水流迫区	ほり ゆきお 堀 由紀夫	麓区	やまだ えいいち 山田 英一
後川内区	こうだ いくお 幸田 郁雄	東方一区	こうつき ひとし 高津佐 一志	永田区	たなか ふじひろ 田中 藤宏
南島田区	わきもと せいしちろう 脇元 政八郎	東方二区	おかはら リツ子 岡原 リツ子	原区	さいとう てるあき 齊藤 輝昭
通り町区	たかはし いきむ 高橋 勇	真方一区	みなみしょうく しろ 南 正覚 史郎	中河間区	なかま まさみち 中間 正路
緑町区	—	真方二区	はしのくち こういち 橋ノ口 孝一	夏木区	ながい さだのぶ 永井 貞信
本町区	—	真方三区	こばる ひさお 小原 久男	堂屋敷区	まえだ のぶし 前田 信志
仲町区	おおやま のりあき 大山 範昭	南真方区	ひろさね 政臣 広実 政臣	下九瀬区	はしぐち せいじ 橋口 成二
永田町区	こみね ゆうじ 小峰 雄二	南真方東区	ひろさね のりひで 広実 のりひで	上九瀬区	かたち ただお 片地 忠雄
上町区	かきのき 柿木 真也 柿木 真也	南真方西区	なかやま 敏章 中山 敏章	奈佐木区	いわした じゅん 岩下 淳
上町北区	いずみ あきら 出水 晃	坂元区	なかしま のぶゆき 中島 信行	内山区	かわそえ てるひさ 川添 照久
上町東区	さかいだに 忠男 境谷 忠男	南西一の東区	ながの としひこ 永野 俊彦	野尻1区	きのした つねよし 木下 恒吉
上町西区	にし まこと 西 誠	南西一の西区	うえの さだとし 上野 貞敏	野尻2区	ずし 図師 春義 ずし 図師 春義
上町中区	たかだ やすゆき 高田 康之	南西二区	おおやま たけこ 大山 竹子	野尻3区	ながた こういち 永田 晃一
細野一区	しんみつ 清孝 新満 清孝	南西三区	やまだ ひろし 山田 博	野尻4区	おおはた こういち 大畑 孝壹
細野二区	こうづま よしお 高妻 賢士	南西四区	しもおき ひでと 下沖 秀人	野尻5区	あきひろ こういち 秋廣 浩一
細野三区	かりや みなお 仮屋 貴直	種子田区	たねだ まさる 種子田 勝	野尻6区	たけはら しんいち 竹原 信一

※敬称略

新任区長 今年度から新しく区長になった皆さんをご紹介します



西町一区
おおた しんこ
大田 新子 さん



上町中区
たかだ やすゆき
高田 康之 さん



永田区
たなか ふじひろ
田中 藤宏 さん



奈佐木区
いわかた じゅん
岩下 淳 さん



内山区
かわそえ てるひさ
川添 照久 さん

調理師としての志新たに 小林西高校が「庖丁式」を初開催

4月24日、小林西高校が狹野神社（高原町）で「庖丁式」を実施しました。同校調理科に入学した31人に調理師を目指す志を再認識してもらうとともに、3年間の安全と技術向上を願って初めて開催。神職が神事を行い入魂した庖丁セットを一人一セットずつ受け取った生徒たちは、志を新たに調理師としての一歩を踏み出しました。



式に参加した藤田杏珠さんは「いい一歩を踏み出せた。自分の料理で人をよろこばせたり、日本の食文化を広められる調理師になりたい」と話していました

元市軟野連理事長 藤崎満吉さん 市内小学校に野球用具を寄贈

元小林市軟式野球連盟理事長の藤崎満吉さん（細野）から市内全小学校12校にグローブ計29個、ボール計36個が寄贈されました。5月1日には藤崎さんの母校である小林小学校で寄贈式が開かれ、藤崎さんは「野球は一生懸命通じて私の心の友。楽しくなるので、ぜひキャッチボールから始めてみて」と子どもたちに野球の楽しさを伝えました。



寄贈は、藤崎さん自身が米寿を迎えるのを機に、これまでお世話になってきた地域への恩返しとして、市子ども応援基金を通じて行われたものです

経済発展・雇用促進に期待 株式会社 Vitalize と企業立地協定

4月22日、アプリ開発やWEBデザイン、コンサルティング事業などを手掛ける（株）Vitalizeの小林支社設置に伴う立地調印式が、市議会の吉藤洋子議長立ち会いのもと開催されました。5月1日付けで操業を開始した小林支社では令和8年度までに9人の新規雇用を見込んでおり、本市経済の発展や雇用促進への効果が期待されます。



本市出身の上竹則諒小林支社長は「小林でもITの仕事ができると子どもたちに伝えたい。いろいろな分野で小林に恩返しできれば」と話していました

健康づくりの推進を目指して 95人に委嘱状を交付

4月22日、市民の健康づくりをサポートする健康推進員などへの委嘱状交付式が開催されました。委嘱されたのは健康づくりに関する知識の普及活動などを行う「健康推進員」42人、地域で食事面の相談・助言やベジ活の推進などを行う「食生活改善推進員」31人、自殺予防啓発や傾聴活動などに取り組む「こころの健康サポーター」22人です。



委嘱された95人の任期は2年間。それぞれの立場から市民の心と体の健康づくりの推進や行政との橋渡しなどの役割を担います

市教育委員会が新体制に 新教育長に大山和彦さんが就任



5月10日、大山和彦教育長（前県教育研修センター副参事）に辞令が交付され、就任式が行われました。大山教育長（57）は小林市南西方出身で、市教育指導監や細野小校長、県教育委員会教職員課長などを歴任。就任式で「次の小林のまちを支える子どもたちをしっかりと育成していくことが私の定め」と抱負を述べました。

前任の中屋敷史生教育長（3期10年）は5月9日付で任期を満了し勇退しました。

中屋敷史生前教育長
退任式の様子



中屋敷さんは、平成26年5月10日から本市教育長として市の教育行政を牽引。「学び」と「健康」を大切にしながら、豊かで創造的な生活を送ってほしいという願いを込めて、「『学びたい』『学ばせたい』気持ちをもつ小林教育」を教育目標に設定。

教育目標の実現に向けて、就学前から成人、高齢者を含めた生涯学習社会に対応した「0歳から100歳までの小林教育プラン」を作成し、目標の実現に向け、さまざまな事業に取り組んできました。

「ともに学び、ともに育つ」小林教育をめざして

ふるさとである小林市の教育に携わる機会をいただきましたことに、心から感謝を申し上げます。「まちづくりは人づくりから」と言われるように、これからも光り輝く小林市であり続けるためには、教育が大きな役割と責任を果たさなければなりません。子どもたち一人一人が、夢の実現に向けてたくましく生きていく力を身に付けるとともに、市民の皆さまが生涯にわたって学び続け、健康で生き生きと暮らすことができるように、教育行政の推進と充実にも努めてまいります。皆さまのご支援とご協力をよろしくお願いいたします。「大山和彦」

姉妹都市「石川県能登町」への支援を継続 土木技師2人を長期災害派遣、支援物資第6弾を発送

5月16日、姉妹都市「石川県能登町」へ災害派遣される職員の出発式を行いました。派遣されるのは尾山直人主幹と井之上景也主任技師の2人で、派遣期間は令和7年3月末まで。

本格的な復旧・復興を目指すうえで、専門的な知識と経験を持つ技術者を長期的に派遣してほしいとの能登町からの依頼を受けて派遣するもので、現地では道路や橋りょうの復旧業務に従事する予定です。



出発式では代表して尾山主幹が「能登町の皆さんが少しでも早く元の生活に戻れるよう、精一杯の支援をしてまいります」と誓いました。

また、5月14日には、小林商工会議所、野尻町商工会、すき商工会と合同で、能登町へ第6弾となる支援物資を発送。

今回は、避難所で使用するタオルケットや敷パット、簡易トイレ用凝固剤などを被災地へ届けました。

写真⑥ 出発式で決意表明する尾山主幹と井之上主任技師
写真⑦ 5月14日に発送した支援物資積み込みの様子 写真⑧ 4月25日には宮原市長が能登町を訪問して大森凡世町長と会談。今後も人的・物的支援を継続していくことを確認したほか、被災地の現状を視察しました。



ドローンを活用し防災体制の強化 西諸3市町が(株)安藤商事と協定締結

5月13日、本市を含む西諸3市町が宮崎市の株式会社安藤商事(安藤光広代表取締役)とドローンを活用した防災に関する協定を締結しました。災害時などにドローンを活用し、被害状況の調査や捜索・救助業務の支援などを行うことを想定。安藤社長は「ドローンの情報収集能力などを生かし、地域社会に貢献していきたい」と話しました。



同社はドローンを活用した撮影や測量、農業散布などを行っている会社で、令和2年の熊本豪雨では人吉市で浸水被害の調査なども経験しています

熊本国税局酒類鑑評会で すき酒造「伝須木」が優等賞

すき酒造(兒玉昇代表取締役)の本格芋焼酎「伝須木」が、令和6年度熊本国税局酒類鑑評会の本格焼酎部門で優等賞を受賞しました。5月17日に、兒玉代表(写真㊤)と内嶋光雄杜氏(写真㊦)が市長を表敬訪問しよろこびを報告。兒玉代表は「受賞を機にお客様に伝須木の品質をみていただいて、さらに広めていければ」と話していました。



「香りと味のバランスにこだわっている」と内嶋杜氏。厳選された芋と地元産ヒノヒカリの米麹を使い、「シンプルで上品な味わい」となっています

吉野玖瑠美さんと上野翔太さんを 2代目観光アンバサダーに選任

5月11日、市の観光PRなどを行う、小林観光アンバサダーの選任式が花の駅生駒高原で開かれました。就任したのは、市内銀行員の吉野玖瑠美さんと団体職員の上野翔太さん。吉野さんは「自然が豊かな小林市の魅力をSNSなどで発信したい」、上野さんは「イベントや祭りを通して生まれ育った小林を全力で盛り上げたい」と意気込みました。



選任式で手渡された法被に袖を通した吉野さん(写真㊤)と上野さん(写真㊦)。2人は今後1年間、小林市の魅力を市内外に発信する役割を担います

姉妹都市能登町との心の架け橋に 復興願うチャリティー歌謡祭開催

5月12日、文化会館で能登半島地震のチャリティーイベント「第10回歌謡祭」が開かれました。郷土の活性化につなげるとともに、被災地との心の架け橋になろうと、市内のカラオケ愛好家4人でつくる東京ブルーナイツ(森岡林代表)が企画。市内外から80人以上が出演し、演歌や歌謡曲など思い思いの曲で自慢の歌声を披露しました。



受付には募金箱も設置して被災地支援を呼びかけ。集まった募金とイベントの益金をあわせた26万5,035円は、市を通じて能登町へと届けられます

教育の充実・発展を目的に活動 市教育研究センター研究員を委嘱

5月10日、市内小・中学校教職員18人に市教育研究センター研究員を委嘱しました。設立41年目を迎えた同センターは、教育の充実・発展を目的に活動。今年度は児童生徒に1台ずつ整備されているタブレット端末を活用し、一人ひとりの子どもに応じた個別学習や対話的な学びの充実を図る授業のあり方について調査・研究を行います。



代表して森重健太郎主任研究員(紙屋小)が「18人で力を合わせ調査研究や授業実践を行い、市内の先生方に成果を広めていきたい」と誓いました

馬頭観世音祭で畜産業発展を祈願

5月8日、小林地域家畜市場内の保食神社で馬頭観世音祭が開かれました。畜産関係者など約150人が参加。尊い命をささげた家畜に感謝し、家畜の安全と家内の繁栄を祈願しました。馬頭観世音祭は古くから続く伝統行事で、市内各地でも行われています。



永井良雄さんに教育委員を委嘱

5月10日、永井良雄さんが教育委員に委嘱されました。教育委員は、市の教育に関する方針や重要事項の決定を行う役割を担います。今回の任期は令和9年5月9日までの3年間になります。



トランポリン折田依知果選手 九州大会での好成績を市長に報告

5月2日、4月に開催された第18回全九州トランポリン競技選手権大会で小学生低学年女子の部準優勝、県対抗競技3位となったTENトランポリンクラブの折田依知果さん(野尻小3年)が市長に結果を報告しました。本格的に競技を始めて約2年という折田さん。週3〜4回練習を重ねて日々成長しており、今後の活躍が期待されます。



「準優勝できてうれしい」と大会を振り返る折田さん。「上に高く飛び上がれることが楽しい」とトランポリンの魅力を話していました

魚のつかみどりなどで大にぎわい すきむらんどキッズデイ

5月5日、こどもの日にあわせて、すきむらんどキッズデイが開催されました。会場ではキッズバイクやミニゴルフといった、子どもたちが楽しめる遊具の貸し出しや、すき物産協会の物産販売などが催され、約600人が来場。同日には「すきむらんどキャンプイベント」も開催されるなど、多くの家族連れが須木の大自然を満喫しました。



未就学児から小学生まで約100人が参加したニジマスつかみどりで、逃げる魚を必死に追いかける子どもたちへの声援で会場は大盛り上がり

募集

公共職業訓練 ITビジネス活用科

求職中の人の職業に必須な知識・技能習得を支援し、早期就職につなげるための訓練です。

◆訓練期間（3カ月間）

8月23日（金曜）

～11月22日（金曜）

◆場所

小林高等職業訓練校

◆募集期間

6月6日（木曜）

～7月19日（金曜）

◆選考日

7月29日（月曜）

◆定員

20人

◆参加費

教材費6425円

◆資格取得（任意受験）の費用は自己負担

◆問・申・ハローワーク小林

Tel 23・2171

ひとり親家庭対象 調理師試験準備講習会

◆対象者

県内のひとり親家庭の母・父・寡婦で、調理の実務経験

が2年以上あり、県内で10月に行われる調理師試験を受験する人

◆講座の全日程に出席できる人

◆開催日時

8月24日（土曜）

9時～17時20分

8月25日（日曜）

9時～16時20分

◆開催場所

県総合保健センター大研修室（宮崎市霧島1・1・2）

◆定員

20人程度（先着順）

◆受講料

無料

※テキスト代は受講生負担

◆応募締切

6月28日（金曜）

◆応募書類

所定の申込書、児童扶養手当かひとり親家庭医療費受給資格者証の写し
※申込書様式は、連合会ホームページからダウンロードするか、こども課窓口で配布します



▼詳細はコチラ

◆申・問

県ひとり親福祉連合会

Tel 880・0007

宮崎市原町2・22

宮崎県福祉総合センター内

Tel 0985・22・4696

講座・催し

生涯学習講座 受講生募集

中央公民館講座

そばづくり講座

日時（各火曜）

①7月16日、②7月30日

9時～12時

◆参加費

無料

◆定員

各16人

◆申込締切

7月1日（月曜）

※別途材料費必要

須木生涯学習講座

パステルアート講座

日時

7月19日（金曜）

10時～12時

◆場所

須木総合ふるさとセンター

◆参加費

無料

◆定員

12人

◆申込締切

7月4日（木曜）

◆共通事項

対象 市内在住・在勤の人

申込方法 窓口または電話

その他

申込多数の場合は抽選。

案内

来春小学校入学予定者 就学相談会

小学校入学を前に、子どものころやからだの健康・発達などへの不安や、育児や教育について心配や悩みがある人のために、専門の先生方による就学相談会を行います。

◆日時

7月23日（火曜）

～7月25日（木曜）

10時～16時

※応募多数の場合は7月26日（金曜）も開催します

◆場所

南小学校

◆対象

来春小学校入学予定の親子

◆申込締切

6月21日（金曜）

◆申込方法

所定の申込書を通園している認定こども園、幼稚園、保育園（所）、学校教育課のいずれかに提出ください。

◆申込用紙の配布先

通園している認定こども園、幼稚園・保育園（所）、学校教育課、市ホームページ

◆その他

Tel 23・3118

◆問

小林保健所健康づくり課

疾病対策担当

Tel 23・3118

市公式LINE友だち募集中

右下の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、ホームページ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！

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

個別の相談日時は、後日連絡します。教育支援ファイル「絆」がある人は当日お持ちください。

◆問・学校教育課

Tel 23・0424

浄化槽設置補助事業

対象区域

公共下水道事業認可区域及び農業集落排水事業採択区域を除く区域

◆対象者

単独処理浄化槽が汲み取り槽を廃止し、浄化槽を設置する人

補助上限額

5人槽

7人槽

10人槽

本体・本体設置費

332千円

414千円

548千円

撤去処分費

12万円（単独処理浄化槽からの転換）

9万円（汲み取り槽からの転換）

宅内配管工事費

30万円

合計（補助上限）

75万2千円または72万2千円

83万4千円または80万4千円

96万8千円または93万8千円

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

・締め切り後も定員に空きがある場合は受け付けます。

◆問・中央公民館

Tel 22・3482

身体障害者補助犬

給付希望者募集

対象（①～③を満たす人）

①県内におおむね1年以上上居住する18歳以上の人で、次のいずれかの身体障害者手帳の交付を受けている人かこれに準じる人

・視覚障がい1級

・肢体不自由1・2級

補助犬の購入や訓練に要する費用は県が負担します。

※訓練施設までの旅費、訓練期間中の本人の食費、給付後の経費（飼育費など）は本人負担

◆申込締切

7月16日（火曜）

◆その他

給付は選考で決定

◆申・問・福祉課

Tel 23・0111

県障がい福祉課

Tel 0985・32・4468

令和7年二十歳を祝うつどい 実行委員を募集します

令和7年1月5日に開催する「二十歳を祝うつどい」を企画・運営する実行委員を募集します。皆さんのアイデアを生かして一生に一度、心に残る式典にしませんか。

活動頻度 8月から毎月1回程度

活動内容 式典の企画立案、運営、当日の司会進行など

募集条件

▼平成16年4月2日～平成17年4月1日に生まれ、市内在住・勤務・市出身の人
▼式典当日の活動に参加できる人

申込方法

住所、氏名、生年月日、連絡先を明記し、メール（k_shakai@city.kobayashi.lg.jp）で申し込み。

問＝社会教育課
Tel 22-7912



◆その他

補助金の交付は、予算がなくなり次第終了します。

・工事前に申請して交付決定を受ける必要があります。

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

おく必要があります。

◆申請方法

次の申請書などを申請窓口へお持ちください。

・助成金交付申請書

・定期乗車券の写し（スクールバス料金納入書の写し）

・市内高等学校の在学証明書などの写し（学生証）

※申請書は申請窓口で配布、または市ホームページからダウンロードできます

◆申請窓口

企画政策課、野尻庁舎地域振興課、紙屋出張所

◆申請期間

令和7年3月31日まで随時

◆問・企画政策課

Tel 23・0456

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

市公式LINE友だち募集中

●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	6月16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	6月20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、事前に都城年金事務所 (Tel 0986-23-2571) に電話予約をお願いします

二原遺跡公園公開日

6月16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 6月7日(金曜)
受付締切日 6月13日(木曜)

税・保険料の納付期限

※納期限は7月1日(月曜)です

市県民税 1期

これは何ごみ? 答え

アルバムは
燃やさないごみ
金属製のとじ具はリサイクル品。
分解できなければそのまま**燃やさないごみ**です。

※写真は取り出す必要はありません

●問=生活環境課 Tel 23-8122

市公式 SNS

公式 LINE・Facebook・X (旧 Twitter)・Youtube でも、さまざまな情報を発信中!

 市公式 LINE

市公式 Facebook
『よかとこ小林市』



市公式 X
『よかとこ小林市』



市公式 Youtube
チャンネル



●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
6	11 火	人権・行政・なやみごと	市役所東館1階会議室4
	18 火	人権・なやみごと	市役所東館1階会議室4
7	2 火	人権・行政・なやみごと	須木総合ふるさとセンター
	4 木	人権・行政・なやみごと	野尻町保健福祉センター
	9 火	人権・行政・なやみごと	市役所東館1階会議室4

ひとりで悩まずお話しください

◆こころの電話相談

NPO 法人こばやしハートム 月 20時～22時 ☎27-1850

◆お悩み傾聴ダイヤル	下記日時以外		☎0570-783-755
◆こころの電話相談	月～金	9時～19時	☎0985-32-5566
◆NPO 法人国際ビフレンダーズ宮崎自殺防止センター	日 月 水 金	20時～23時	☎0985-77-9090
◆NPO 法人宮崎いのちの電話	月 水 金	21時～4時	☎0570-783-556
	日 火 木 土	18時～4時	

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
日 毎月第2火曜 時 13時30分～15時30分 : や思いを一緒に話ませんか
▼ひきこもり・こころの健康相談 : 日 毎月第2水曜
日 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) : 場 市民活動支援センター
日 毎月第4木曜 時 13時～15時 : 問 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	6月	7月
水流迫、東方1・2	4	2
真方1・2・3	3	1
南西2・3、通り町	5	3
南西1の西、南西4本町、新生町	6	4
南西1の東、種子田	7	5
北西1・3、緑町	10	8
北西2、坂元	11	9
西町1・2・3 南島田	13	11
仲町、永田町、後川内	12	10
細野2・3、南真方	20	12
細野1、南真方西	21	16
南真方東 上町・上町西	25	25
上町中、上町東 上町北	26	26
西堤、南堤	27	30
北堤	28	31
野尻地区 (第3日曜)	16	21
須木地区 (第4日曜)	23	28

今月の これは何ごみ?



「アルバム」
(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	7月3日 (水)	受付 9:30 ～ 11:00	
もぐもぐクッキング (要予約)	6月 19 日 (水)	受付 13:45 ～ 14:00 開催 14:00 ～ 15:30	
歯っぴ～教室 (要予約)	6月 11 日 (火)	受付 13:00 ～ 13:30	
赤ちゃん健康診査	6月 20 日 (木)	※個別に案内しています	
1歳6か月児健康診査	7月4日 (木)		
3歳児健康診査	6月 13 日 (木)		

● にこここ運動教室 (13:30～15:30)

問: 社会福祉協議会野尻支所 Tel 44-1206

場 所	6月	7月
野尻町保健福祉センター	11日(火)、18日(火)、25日(火)	2日(火)、9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)
6 13 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
6 18 火	まちかど健康相談	コープみやざき	13:30～15:30
6 27 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
7 4 木	まちかど健康相談	ゆ～ばるのじり	13:30～15:30

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
6	16 日	宮崎医院 22-2841
	23 日	よしむら循環器内科クリニック 27-3339
		みまつこどもクリニック 22-1234
	30 日	前田内科医院 22-5802
		小林中央眼科 23-5300
	7 7 日	すわクリニック 22-6489
		桑原記念病院 22-4138

※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

やっぱい

元気がよか！

自分の健康は自分で守ろう！

問 長寿介護課 Tel 23 - 1140

自立支援型介護予防の取り組みを推進

- Point 1 毎日の食事でバランス良く栄養を取る
- Point 2 身体を動かし筋力を維持する
- Point 3 口の健康を維持する
- Point 4 交流の機会を持つ

以上4つを念頭に、自身の生活を振り返り、改善する努力をしていきましょう。

人生100年時代。あなたはこの100年をどのように過ごしたいですか。市は、年齢を重ねても、認知症になっても、可能な限り在宅で自立した生活ができるよう、さまざまな取り組みを進めています。気軽に集える「通いの場」を増やして、会話や軽運動、脳トレなどを行うことで元気の維持を目指すほか、75歳、80歳、85歳でサービスを利用していない在宅の人には、調査員が自宅を訪問し、生活状況を聞き取り、必要に応じ専門機関の支援につなぎます。介護保険サ

ービスが必要になったら、機能の維持、向上を目指すプランを作成し、自立した生活の手伝いを行います。本市では、脳血管疾患や心疾患に係る医療費の割合が高く、その原因となりやすい血圧や血糖の高い人が多い状況です。健康のため何よりも大切なのは、「自分の健康は自分で守る」という視点。自分の健康を守るため、年1回の健診受診や生活習慣の改善、病气やけがなどを治療中の人は定期受診と処方された薬の適切な服用がとても重要です。

元気の知恵袋

●問＝健康推進課 Tel 23 - 0323

ポリファーマシーを防ぎましょう！

「なにか変だな」「いつもと違うな」と感じたら薬を飲んでいて右下の図のような症状が気になることがありますか。自己判断で勝手に薬をやめたり減らしたりすることは危険です。必ず医師や薬剤師に相談しましょう。



ポリファーマシーとは複数の意味する「ポリ」と調剤を意味する「ファーマシー」を合わせた言葉。単に薬が多いことではなく、多くの薬を服用しているために、副作用を起こしたり、きちんと薬が飲めなくなる状態をいいます。



日頃から、かかりつけの医師や薬剤師を持ち、処方されている薬の情報を把握してもらおうと安心です。自分の処方されている薬がまとめてわかるように、おくすり手帳を1冊にまとめましょう。

おくすり手帳を一つにまとめましょう



福祉情報をお届けします 社協タイムズ

全国から集まる災害ボランティアの調整役 知っていますか？災害ボランティアセンター



▲石川県珠洲市の被災状況と災害ボランティアセンターの様子

災害ボランティアセンターは、主に次の役割を担う、災害ボランティアの活動を調整する機関です。

①被災地でのニーズの把握
災害ボランティアが現地の困りごとの手助けを行うために、被災地が何に困り「どこに」「何が」「どれだけ」必要なのかを見つめます。

②災害ボランティアの受け入れ・連絡・調整
災害発生時には全国からボランティアが集まります。ボランティアが安心して活動できるように現地の情報提供や作業別に必要な人員の調整、活動のために必要な備品・機材などの準備を行います。

③活動の取りまとめ
災害ボランティア活動の詳細を記録することも重要です。活動実績を取りまとめ、活動の改善につなげます。

実際の被災地では、これだけの業務にとどまりませんが、被災地の社会福祉協議会を中心に、さまざまな機関と連携・協働を行いながら設置・運営しています。社会福祉協議会では、緊急時に備え、日頃から地域の人たちと共に災害ボランティアセンターの運営訓練を実施しています。みなさんも一緒に災害ボランティア活動に参加してみませんか。

問 小林市社会福祉協議会 Tel 23 - 3466

1日350gの野菜摂取でベジ活！

健康のために、必要な野菜の摂取量は1日350g。しかし、宮崎県民の摂取量は平均278gと約100g不足しています。毎日の生活に野菜を100gプラスして、健康な毎日を送りましょう！

問 健康推進課 Tel 23 - 0323

野菜で食物繊維を取ろう！

食物繊維は、食物に含まれ、人の消化酵素で消化できない栄養素です。第6の栄養素とも言われており、糖尿病や脂質異常症、高血圧症、動脈硬化といった生活習慣病の予防、健康の維持・増進が期待できます。

食物繊維には不溶性食物繊維と水溶性食物繊維があります。それぞれ異なる働きがあるので、どちらか一方ではなく、バランスよく摂取することが大切です。食物繊維が豊富に含まれている野菜を積極的に食べて、健康な身体づくりをめざしましょう。

食物繊維	特徴	おすすめの野菜
不溶性	・噛む回数が増え、食べ過ぎ防止になる(肥満予防) ・便のかさを増やす ・腸の動きをよくする	切り干し大根、ごぼう、れんこん、枝豆、ブロッコリー、かぼちゃ、きのこ類 など
水溶性	・善玉菌のエサになり腸内環境を整える ・免疫細胞を活性化し、免疫力アップ ・便を柔らかくし、便通をよくする ・食後の急激な血糖値の上昇を抑える ・コレステロールの吸収を抑える	ごぼう、オクラ、モロヘイヤ、らっきょう、にんにく、海藻類 など



クックパッドに野菜レシピを掲載しています。「クックパッド 小林市」で検索して、ぜひ作ってみてください。

小林市立図書館
問＝TEL 22-7913

図書館からのお知らせ

★新刊本の入荷
は毎週土曜

～児童書～



『おやつにしましょう』
作：ハンス・テン・ドウルンカート
絵：しもかわら ゆみ
発行：講談社

～一般書～



『人望が集まるリーダーの話し方』
著者：相原 孝夫
発行：かんき出版

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



七夕のおはなし会とハーブ演奏を楽しんだ後、
願いごと（短冊）を笹の葉に飾りませんか。

日時

7月7日（日曜）13時30分～14時30分

場所 市立図書館本館2階大会議室

定員 60人 参加費 無料

内容 絵本読み聞かせ、ペープサート、
ハーブ演奏、笹の葉飾りつけなど
※必ず事前にカウンターか電話で申込みください

教科書展示

小・中・高校、特別支援学校の教科書見本を展示します。

日時 6月14日（金曜）～7月3日（水曜）

9時30分～16時30分

※休館日、6月29日（土曜）・30日（日曜）除く

場所 市立図書館本館2階学習室

主催 宮崎県教育委員会



— すきむらんどニュース —
今年の夏は
すきむら河川プールが面白い！

今年も夏休み期間中（7月20日～8月20日）にすきむら河川プールがオープンします。
すきむらんどでは、期間中、河川プールと連携してさまざまな企画を実施します。

すきむらんどフードトラック
河川プールにすきむらんどフードトラックが常駐し、フイドやかき氷、冷たいドリンクなどを販売。（週3～5日）

子どもプール設置
河川の増水などで河川プールが利用できない時でも遊べる「子どもプール」を設置。

イベント
地域の事業者と連携し、河川プールでイベントを実施。

アクティビティ
河川プールや小野湖でのアクティビティ（SUP、カヤック）を、イベント形式で実施。

今年の夏は須木で涼しく水遊びをしませんか？

▼昨年のフードトラックの様子



▼すきむら河川プールの様子



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

■かじかの湯（直通）TEL 25-9500

■お食事処るかや（直通）TEL 48 - 2463

覚えてみよう！使ってみよう！

手話で話そう！

問＝福祉課 TEL 23-0111

日常会話で使える手話を毎月紹介します。手話を使うろう者の方とコミュニケーションをとってみませんか？

こんにちは

- 1 人差し指と中指をそろえて額に当てます。
- 2 両手の人差し指を左右に向かい合わせて立て、お辞儀をするように折り曲げます。

1



2



はじめまして

- 1 左手の甲と右手の手のひらを重ね、右手を上を上げながら人差し指以外を握ります。
- 2 両手の人差し指を前後に向かい合わせ、同時に近づけます。

1



2



健康のまちづくり拠点施設整備

つうしん

新体育館の施設管理方針が決まりました

体育館・健康づくり・子育て支援・避難所などの機能を持つ新体育館。誰もが日常的に利用しやすい施設になるよう、次のように施設管理を行います。



健康のまちづくり拠点施設（体育館機能のイメージ）

①利用時間・休館日

各種施設が集まる複合型の施設となることから、市民の利便性やサービス向上のため、開館日や開館時間にバラつきが生じないよう統一を図ります。

②施設の貸出

アリーナ、多目的室、クッキングスタジオ、子育て支援センター、会議室などは団体や個人に貸し出しを行います。利用申し込みはICTの活用を検討し、公平で便利に手続きが行えるようにします。

③使用料の方向性

適正で公平な利用しやすい料金設定を行い、柔軟性を備える料金体系となるようにします。また、使用料の支払い方法についても利便性向上を図ります。

この施設管理方針に基づき、令和6年度は具体的な「管理運営基本計画」を策定します。

問＝建設課 TEL 23-0311

小林市で新生活、新たな創造への一歩を踏み出します!!

愛知県名古屋市から小林市へ移住し、地域おこし協力隊として須木地区での活動を開始しました。地元の農家さんと協働し、特産品「須木栗」の栽培から商品化に至るプロセスに深く関わる予定です。

また、すきむらんど運営にも参加し、須木地区の新たな価値を創出し、広く発信していきたいと思ひます！



くるべ ありと
黒部 有人隊員



自動車部品メーカーでデザイナーとして勤務していた経験を生かし、須木地区の活性化のために活動していきます。

地域おこし協力隊通信

地方創生課
TEL 23-1148

活動の様子を紹介！

画：友安よーいち
第118話「みんなも数えてみてね」



広報紙へのご意見・ご感想を
お気軽にお寄せください



読んだ感想や、こんな情報が知りたい、
この人を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

食卓に一輪のバラ添朝食かな（武ナミ子）

（佐枝記子）

さまざまに形を変えて流れゆく雲は風の旅の道ずれ

畑打で鉄振り過ぎて土下座成り（長友正臣）

あじさいのほかに紅く五月闇（東脇哲郎）

子育ての雨へ飛び出す岩燕（小林合歓の会 中園直子）

口喧嘩言霊踊るヤツコ草（小林合歓の会 入佐典子）

濁流へ手を差し伸べる若葉かな（小林合歓の会 倉田玲子）

八十路行く行きつ戻りつ蜃気楼（小林合歓の会 尾辻和子）

ちるさくら波も輝き奥琵琶湖（小林合歓の会 後野美美子）

SUKU SUKU

なかむら まなか
中村 真奈夏 ちゃん
令和5年9月15日生



結婚を機に10年ぶりに地元へ戻り第一子が生まれました。今はじいじ、ばあばがメロメロで遊んでくれます♡
保護者：中村雅友、愛

<編集後記>

自殺特集を担当しました。近年、著名人の自殺がテレビなどで取りざたされています。自殺は残された人にも大きな影響を与えるもの。悩みが積み重なる前に誰かに相談しましょう。（榎田）

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！

なかたけ いと
中武 衣結 ちゃん
令和5年5月22日生



笑顔の素敵ないとちゃん。これからもその笑顔でみんなを癒してね♪これからもお兄ちゃんと仲良くね♡
保護者：中武一義、彩花

防災特集を担当しました。1月に能登町に派遣された際にいろいろと防災食を食べましたが、味も種類もさまざまでした。ぜひ一度食べてみて、好みのものを備蓄してみてください。（前原）

小林市の食の魅力をPR

蛙亭イワクラさん凱旋ライブに合わせて屋外でマルシェ開催

小林市出身でお笑い芸人の蛙亭・イワクラさんの凱旋ライブ『蛙亭のハッピーサマーライブ2024』が6月23日（日曜）、文化会館で開催されます。市内外から2000人以上が来場する本イベントにあわせて小林市の食の魅力をPRするため、文化会館正面ロータリーでミニマルシェを開催します。チケットをお持ちでない人も商品を購入できますので、ぜひお立ち寄りください。■マルシェ開催日時：6月23日（日）10時30分～17時、■問＝地方創生課TEL 23-1148



【画像左】今年のポスター。賞レースで大活躍のコンビや宮崎ゆかりのコンビなど豪華なメンバーが登場。【右】昨年のマルシェでは、公演の合間に蛙亭の2人も販売に参加。みやざき地頭鶏の炭火焼きに挑戦し、来場者にPRいただきました



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。

@ai_0_.0さん



#生駒高原はなフェスタ #ポトレ女子

@oakin_skywalkerさん



#大塚原バラ園 #花のある暮らし

@blueseal2067さん



#担々麺 #小林市グルメ #中国屋台金洋

人のうごき（小林市の人口）

人口	41,292人	(+81、-847)
男	19,257人	(+42、-409)
女	22,035人	(+39、-438)
19,099世帯	(+97、-45)	

令和6年5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	4月	累計	昨年
建物	1	4	+3
林野	0	0	±0
車両	0	0	±0
その他	1	10	+7
救急	156	711	-41

交通事故発生状況

種別	4月	累計	昨年
人身	11	31	-7
物損	72	287	±0
死者	0	0	-1
負傷者	14	38	-5
全国死者	778	(昨年同月比 -19)	



日本神話の郷 霧島岑神社

6月30日(10:30～)※雨天決行
夏越の大祓 茅の輪神事

小林市細野(庚子)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

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

TEL 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

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

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

(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

Q-TEI 九州555インテリアグループ ●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 0984-22-4566
FAX 0984-27-4566

都城三股店 〒889-1914 三股町夢池字前ノ村 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)

「大切な方とのお別れをお手伝いいたします」
「大小ご希望に応じたご葬儀をご提案いたします」

JA みやざき プリエール

フリーダイヤル ☎ 0120-89-0983

プリエール小林 小林市水流迫 644-4
小林斎場 ☎ 23-1084

プリエール小林 小林市野尻町東麓 1379-1
野尻斎場 ☎ 44-0040

プリエール小林 高原町大字西麓 3243-1
高原斎場 ☎ 42-4400

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。