

泥だらけの熱戦!



特集

今日も**笑顔**で「いただきます」
～学校給食に込められた想い～

Photo Report

火消し**魂燃**ゆる

令和6年度小林市夏季特別点検・消防操法大会



現代アーティスト やまなかともろうさん(26)

須木下田出身。小林高校から大分県立芸術文化短期大へ進学し、卒業後アーティスト活動を開始。現在は福岡を拠点に制作を行っている。

自分の内面と向き合うために絵を描く――

「伝統を大事にしなが
新しい表現を模索したい」。
そう話すのは、現代ア
ーティストとして活躍する
「やまなかともろう」さん。
やまなかさんは、日本古
来の色彩や伝統工芸品の制
作手法を引用しつつ、現代
のマスキングワークなどの
技法も組み合わせた作品
『『うるかみ』シリーズ』を
制作。東京などで個展を開
催し、注目を集めている。
「幼い頃から芸術の世界
に入ると口にしてきた」。
幼少期からノートの端に
絵を描き続けていたやまな
かさん。芸術の道に進むこ
とを周囲に反対されたこと
はないという。

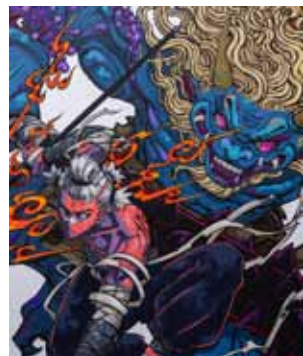
「人に恵まれ今の自分が
いる。知り合いの多くが反
対されているので」と笑う。
美しい髪の特徴的な
「うるかみ」は、人の曲
線美や優しさ、悲哀などを
髪の流れと表情で表現。
「美しいとは、人の優し
さとは何だろう」、そうし
た疑問に絵を描きながら自
己問答している。
自作の大きな絵を使用
し描く、特徴的な制作風景
が海外メディアにも取り上
げられるなど、「うるかみ」
シリーズへの注目が世界で
広がる一方、やまなかさん
は、全く異なる印象のイラ
ストレーション的作品も制
作。直木賞作家が書き下ろ
した歴史小説のカバー装画
のイラストに採用されるな
ど、幅広い分野で活躍する。
「2つのスタイルでの制
作は大変だが、両方してこ
そ自分を表現できるし、自
分の内面と向き合うには両
方する必要がある」という。
「いずれは小林にギャラ
リーを作り、公開制作を子
どもたちに見てほしい」。
目指す未来を語る若き芸
術家は、今日も自己の内面
に向き合い表現する。

「展示会の決定や作品の購入も人づてが多い。人のおかげで自分が
生きている」。そう感じたやまなかさんは「うるかみ 縁」を制作。
人と人とのつながりを途切れそうで途切れない髪で表現した



▲やまなかさんの
Instagramでは、
作品の制作時
の様子などを見
ることができます

イラストレーション的作品で
は、仏画や浮世絵的表現で人
の欲望や精神的美しさを表す



市政の動きトピックス

IT エンジニアの仕事や働き方を学ぶ

連携協定を結ぶ株式会社 SPEC が 小林秀峰高校でセミナー



7月4日、システム開発などを手掛ける株式会
社 SPEC（磯部剛史代表取締役）が、小林秀峰高
校で「IT エンジニアの仕事」についてセミナー
を行いました。同社とは昨年度、デジタル技術
を活用した健幸のまちづくり推進や若年層の地
元定着促進に関する連携協定を締結。セミナー
は協定推進を目的に初めて実施され、生徒は
講師の実体験をもとにITの仕事や働き方など
を学びました。

こばやし健幸ポイント

歩いて健康も景品もゲット 8月からいよいよスタートです



市ホームページ
(QRコード)
から参加申し込み
ができます▼



8月1日から、「こばやし健幸ポイント」のポ
イント付与期間（令和7年1月31日まで）がス
タートします。期間中は、健康イベントや各ウ
オーキングイベントへの参加、健診受診などでポ
イントが貯まります。安全に気を付けて、無理の
ない範囲で楽しみながらポイントを貯めましょ
う。健幸ポイント事業は、期間途中でも参加で
きます。

●問＝企画政策課健康都市推進室 Tel 23-0456

CONTENTS

広報こばやし
No. 221

2024 August

8

- 02 市政の動きトピックス
- 03 小林人／現代アーティスト
やまなかともろうさん
- 04 特集／今日も笑顔で「いただきます」
～学校給食に込められた想い～
- 10 Photo Report／火消し魂 燃ゆる
～令和6年度小林市夏季特別点検・消防
操法大会～
- 12 こばやし Topics
- 16 Pick Up Information
ご存じですか？熱中症特別警戒アラート
8年ぶりの木下大サーカス宮崎公演
- 17 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 手話で話そう！／健幸のまちづくり拠点
施設整備つうしん／お出かけガイド
- 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／こすも～日記

今月の表紙

泥だらけの熱戦！



今月の表紙は、6月30日に真方地区高山
で開催された第16回泥んこバレー大会（高
山やろう会主催）です。地区内外から4人1
組12チームが参加。参加者は、泥に足を取
られながらも田んぼにダイブしてレシーブす
るなど、白熱したプレーを披露しました。

小林人
こばやしびと
Vol.122

給食ってどこで作られているの？

小林市では、市内の小・中学校と特別支援学校に約3,900食の学校給食をセンター方式で提供しています。



小林地区小学校8校、須木地区小学校1校と中学校1校、県立小林こすもす支援学校小学部1校の児童・生徒などに給食を提供（1日約2,200食）
●問＝小林東方学校給食センター Tel 22-2447



小林地区の中学校6校、県立小林こすもす支援学校中部と高等部の生徒などに給食を提供（約1,150食）
●問＝小林学校給食センター Tel 25-1287



野尻地区の小学校3校と中学校2校の児童・生徒などに給食を提供（約550食）
●問＝野尻学校給食センター Tel 46-0803



【現在の給食】
麦ご飯、牛乳、豚肉とナスのみそ炒め、あおさのかき玉汁



【昭和30年頃の給食】
コッペパン、ミルク（脱脂粉乳）、アジフライ、サラダ、ジャム



【明治22年頃の給食】
おにぎり、塩鮭、菜の漬物

給食は「食」を学ぶ生きた教材

現在では全国で900万人以上の児童生徒が毎日食べている給食。その献立は、文部科学省が定めている「学校給食摂取基準」をもとに、成長段階にある子どもたちが栄養をしっかりと摂取できるように、バランスを考えて作られています。給食を通して、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけることができるように「食育」の推進が全国的に

図られています。小林市でも栄養教諭が中心となり、栄養バランスに配慮した献立はもちろん、地元の食文化や食材を学ぶため、地産地消を意識した献立、他県や海外の食文化を取り入れた献立などさまざまな工夫をし、給食時間や地域の中で食に関する指導を行っています。子どもの頃に身についた食習慣は、成長してからも大きな影響を与えるといわれています。市では、子どもたちが食への関心を高めて、食事の

安全・安心の学校給食

市の学校給食は、3つの給食センターで複数校の給食を作り、各校へ配送しています。たくさんの子どもたちが食べるものであるため、衛生管理には細心の注意を払っています。例えば、汚れや細菌が入

とり方や栄養バランスといった食に関する知識や能力などを学ぶことで、将来、健康な生活を送る力を身につけるための教育を進めています。

今日も笑顔で「いただきます」

～学校給食に込められた想い～

子どもたちが大好きな学校給食。皆さんが好きなメニューは何ですか？そんな給食を毎日欠かさず提供するためにたくさんの人が関わっています。安全で安心できるものをしっかりと食べてもらいたい。そして大人になったら、食事や健康について自分の力で考え、向き合う力を身につけてほしい。今回の特集では、子どもたちが給食を安全に、そして楽しむことができるよう取り組んでいる人たちの想いや工夫を紹介します。



昭和30年代の給食風景
（提供：独立行政法人日本スポーツ振興センター）

全ての人のために大切な「食」

全ての人のにとって、「食べること」は生涯にわたって続く基本的な営みです。時代の移り変わりとともに、子どもたちの食生活を取り巻く環境は大きく変化しています。偏った栄養摂取や朝食の欠食に代表される不規則な食事などの食生活の乱れ、肥満や過度の痩せ、アレルギー疾患等の疾病など、さまざまな課題がある現代において、学校給食の大切さが再認識されています。

学校給食のはじまり

日本の学校給食の歴史は明治22年、山形県の小学校で始まりました。生活が苦しく、お弁当を持って来られない子どもにも無償で昼食を用意したことが始まりだと言われています。その後、学校給食は徐々に全国へ広がりましたが、戦争の影響などによって一時中断。戦後、食糧難による児童の栄養状態の悪化を背景に、学校給食の再開を求める国民の声が高まるようになり、昭和22年に全国的に再開されました。

栄養補給から教育へ

昭和29年、学校給食法が制定。これにより、学校給食が単なる栄養補給だけでなく、国民の食生活の改善なども目指した「教育活動の一環」とあるという方針が打ち出されました。

学校給食の変遷

脱脂粉乳から牛乳へ、アルミの食器から軽くて汚れや傷が付きにくいプラスチックなどの食器へ、パン食からごはん食への変遷など、時代によって変化しながら、現在の給食となりました。



学校給食の調理では、安全・安心でおいしい給食を、安心して衛生面に最も注意して作業しています。食材は必ず複数人の目で異物が混入していないかを確認し、作業場は常に清潔に保つため、念入りに掃除します。子どもたちが毎日食べる給食だからこそ、衛生管理は徹底しています。

徹底した衛生管理

安全・安心でおいしい給食を



小林東方学校給食センター

調理員 かんむら あつし 上村 篤史 さん

センターでは、徹底した衛生管理のもと、毎日約 2,200 人分の給食を調理

大変な作業ですが、調理員全員が子どもたちにおいしく、安全な給食を食べてもらいたいと常に考えながら作業しています。

食缶が空だとうれしい

給食を食べるのは小・中学生ですが、小学生だけでもその幅は広いです。菌の入れ替わる時期も考えて、食材を小さく切るなど、工夫を続けています。

返ってくる食缶を毎日見れば、苦手な食べ物などは分かります。同じ材料でも、味付けの工夫などで食



小林東方センターの廊下には、これまで学校から送られてきた手紙がびっしり

小林市では地産地消に力を入れていきます。子どもたちの近所で暮らす人たちが育てた野菜が使われることもあるかもしれません。給食を通して、普段から食べているものも、たくさんの人が関わることで食べられていくということに気づき、感謝の気持ちを育んでももらえたらと思います。

感謝の気持ちを育んで

缶が空で返ってくるとうれしく、センターにも飾っています。が、「おいしかった」「ありがとう」と書かれた手紙をもらえると、やっていてよかったと思います。

献立作りでは、地元の食材を優先して使用することを常に意識しています。農家さんの顔が分かるというのは子どもたちにとっても食材を身近に感じることにつながります。「今日の野菜は〇〇さんのお父さんが作ったものだよ」など、この地域だからこそできる会話かもしれません。子どもたちが地域の食材を知る機会にもなればと思います。献立作りを行っています。

給食の栄養バランスはもちろんだ事です。ただ、実際に子どもたちが食べてくれないと栄養にはなりません。献立の組み合わせや味付けを工夫して少しずつでもさまざまな味を知ってもらえるよう考えています。学校では「まわりの友達も食べているから」と嫌いな野菜に挑戦してみようという子もいると思います。同じものを食べるからこそ、の会話が生まれるところも



子どもが読んでも分かる給食だよりの作成を意識していると佐藤さん。親子で読んで「食」を考えるきっかけにしたいと話す

食材価格の高騰などで、満足感を残しつつ栄養を摂取できる給食作りは大変なことでもあります。子どもたちに「おいしい」「給食が好き」と言われるとうれしい気持ちになります。

子どもたちには、「食べたものからしか体は作られない」ということを伝えたいです。大人になったとき、食事の基本である給食を思い出し、自分で食事を選ぶ参考にしてほしいですね。

将来の食事の管理のため

給食は献立の基本の形 食事を選ぶ力を身につけて

地産地消を意識した献立

みんなで食べる学校給食



野尻学校給食センター

栄養教諭 さとう かなこ 佐藤 加奈子 さん
(野尻小所属)

センターで献立作成や食材の発注、学校での食育指導などを行う

学校給食の良いところではないでしょうか。

給食をチャレンジする機会にして

献立を考える上で最も意識していることは、「おいしい給食を届けること」です。子どもたちに、普段から給食の時間を楽しみにしてほしいという想いで献立作りをしています。

また、旬の食材なども積極的に活用し、できるだけさまざまな献立を提供することに心がけています。最近ではゴーヤを提供したり、冬瓜の汁物の提供も計画しています。

給食を通して、いろんな食べ物に触れてほしいです。その中で、食べたことがないものや、苦手なものにもチャレンジしてもらえとうれしいです。



小林東方学校給食センター
栄養教諭 とこうあみ 都甲 亜実 さん
(小林小所属)



株式会社 ビーフ倉蘭
代表取締役

くらぞの ゆうじろう
倉蘭 裕次郎 さん

市内で黒毛和牛の生産から販売までを一貫して行う

地元の味を知ってほしい

そうした経験から、子どもたちが今のうちに、地元にはおいしいものがたくさんあるということを知り、いつか帰ってきたいと思えるような郷土愛を育んでもらえたらと思います。学校給食に牛肉を提供しました。

ファストフードやコンビニなどで簡単に食べ物が手に入る時代だからこそ、命をいただくことの重みはもちろん、「食べること」に関わる全ての重みというのを改めて感じることに、そして大切に食べることを学校給食で学んでほしいですね。

子どもたちが大人になったとき、「やっぱり地元のものがおいしい」と思ってもらえるとうれしいです。私自身が感じたことですが、一度都会に出ると、地元の野菜や肉がどれだけ良いものであったのか分かります。



倉蘭さんが代表を務める株式会社ビーフ倉蘭からは今年3月に、212 ㍴の牛肉を学校給食に提供いただきました

給食の人気メニューを紹介

大人気レシピ♪ 納豆サラダ



納豆嫌いでも食べられる！

材料（4人分）

- ・ひきわり納豆 40 ㍴ （1 パック）
- ・チーズ 20 ㍴ （細かいサイコロ状）
- ・キャベツ 80 ㍴ ・きゅうり 100 ㍴
- ・にんじん 20 ㍴ ・マヨネーズ 40 ㍴
- ・濃口しょうゆ 小さじ 1
- ・酢 小さじ 1 ・かつお節 10 ㍴
- ・もみのり 3 ㍴ ・塩 ひとつまみ

Step1

野菜を茹でて冷やす（もしくは塩もみ）。キャベツ・きゅうりは輪切り、にんじんは細切りなどお好みで♪

Step2

他の材料と調味料を入れて混ぜるだけ！



学校給食はどうやって作られているの？

(小林東方学校給食センター)



須木小学校の場合

子どもたちに提供される給食。「いつ」「どうやって」作られているのかは意外と知られていません。7月12日、須木小学校のリクエスト給食の日、実際の流れを見てみましょう。



給食費半額助成には「ふるさと納税」が活用されています

市では、平成28年度から「てなんど小林学校給食応援事業」を実施しており、小・中学生の給食費の半額補助を行っています。これは、ふるさと納税（未来まち創生基金）を活用したものです。市外の人たちにも支えられている学校給食。この事業に継続して取り組むためにも、市外在住の家族や知人などに、小林市へのふるさと納税の紹介をお願いします。

市外の支援者



学校給食には、新鮮な食材を提供する生産者、栄養を考えた献立を立てる栄養教諭、徹底した衛生管理のもと調理に工夫を凝らす調理員など、たくさんの人の想いが込められています。現在、給食の提供は小・中学校の9年間。成長期の栄養バランスを整える役割ももちろんありますが、生涯続く「食」の基本を教えることも大事な役割です。大人になり、自分で食べるものを選択するようになった時、毎日食べていた給食を思い出して選択の基準にしてほしい。その食事の想いが詰まっています。子どもたちの食を選択する力や、食材・食に関わる人たちへの感謝の気持ちを育むため、これからもたくさんさんの人の愛情が詰まったあたたかい学校給食が子どもたちのもとに届きます。



市民の安心・安全を守る消防団 日頃の訓練の成果を披露

7月7日、小林市夏季特別点検・消防操法大会を消防訓練広場で開催しました。

消防団員が迅速、確実かつ安全に行動するための消防用機械器具の取り扱いや操作の技術を競う操法競技では、「ポンプ自動車の部」に9個部8チームがエントリーしました。

訓練に励んできた団員らが、指揮者の号令のもと息のあった連携プレーで火点を狙い放水。競技が終わると会場から盛大な拍手が沸き起こり、6年ぶりの上位大会（西諸支部大会・県大会・全国大会）につながる大会とあって、熱気を帯びたものとなりました。

また、6年ぶりに人員や姿勢、服装などを点検する通常点検も実施。団員たちは、部長の号令のもと俊敏な動作で応え、規律を正しました。



Photo Report

火消し魂燃ゆる

令和6年度小林市夏季特別点検・消防操法大会

操法競技結果

【ポンプ自動車の部】

優勝

第1分団第5部（真方地区等）

第2位

第1分団第4部（上町地区等）

第3位

第10分団第6部（三ヶ野山地区）

優勝した第1分団第5部は、7月28日に開催される西諸支部大会に出場します



スポーツ少年団の組織強化目指し 指導者や母集団対象の研修会開催

7月3日、スポーツ少年団の指導者や、保護者などをつくる母集団が対象の研修会が文化会館で開かれました。講師は、滋賀県が多賀少年野球クラブ監督で、小学生の甲子園ともいわれる「全日本学童軟式野球大会」で2連覇を達成した辻正人さん。「子どもたちが楽しむ野球」を目指す辻さんの話に、参加した約200人が耳を傾けました。



辻さんの野球の特徴は、子どもたち自身が次のプレーを考える「ノーサイン野球」。自らの判断で考え、行動できる力を育てることに力を入れています

プロ野球独立リーグ公式戦開催を歓迎

6月30日、市合宿誘致推進協議会からプロ野球独立リーグ球団の宮崎サンシャインズと北九州下関フェニックスに、「太陽のタマゴ」を贈呈しました。総合運動公園市営野球場での公式戦開催へ歓迎の意を込めたもので、贈呈式後は市長による始球式も行われました。



地域のつながりで非行や犯罪を防止

7月1日、「第74回社会を明るくする運動」内閣総理大臣メッセージ伝達式が市役所で行われました。運動は、7月を強調月間として全国で展開。犯罪や非行、再犯を防止し、過ちを犯した人の立ち直りに理解を深めることで、安心・安全な地域社会を目指すものです。



河川をより美しく豊かな清流に 河川浄化等推進員に22人を委嘱

7月2日、河川浄化等推進員の委嘱状交付式が行われました。推進員は、河川浄化に関して深い関心と理解をもち、活動する熱意のある人を市長が委嘱するもので、再任18人、新任4人の計22人に委嘱。推進員はそれぞれが受け持つ河川の水質・環境のパトロールや河川浄化に関する啓発のための広報、教育活動などを行います。



委嘱された推進員22人の任期は令和8年6月までの2年間。市が誇るきれいな水、美しく豊かな河川環境の保全・維持を目指し活動します

人権擁護委員2人が退任 長年の功績に感謝状を贈呈

7月2日、人権擁護委員として長年市民の人権を守る活動に尽力した、井野真由美さんと馬水裕子さんに法務大臣感謝状と県人権擁護委員連合会長感謝状が贈られました。井野さんは「委員としての経験は自分の財産。今後も何らかの形で参加したい」、馬水さんは「相談を受ける中で私自身も人権擁護の大切さを学びました」と話しました。



両名は令和6年6月30日付けで退任。井野さんは4期12年、馬水さんは2期6年の間、人権擁護委員として人権啓発活動に尽力いただきました

株式会社サザンクロスシステムズが 教育環境の充実を目的に寄付

6月27日、ソフトウェア開発などを手掛ける株式会社サザンクロスシステムズ（永田英一郎代表取締役社長）が市に100万円を寄付しました。企業版ふるさと納税制度を活用したもので、寄付金は、同社の意向によりICT教育の推進に活用されます。本市出身の永田社長は「地元の若者へのIT教育に活用してほしい」と話していました。



同社からは令和3年度と令和5年度にも寄付をいただいています。贈呈式後、寄付を活用した市内小・中学校でのICT教育推進について報告が行われました

国スポ会場の小野湖でカヌー合宿

6月28日から30日にかけて、2027年に宮崎県で開催される国民スポーツ大会カヌー競技の会場の小野湖で宮崎工業高校が合宿を行いました。小野湖でのカヌー競技の合宿開催は今回が初めて。参加した生徒は「波がなくこぎやすかった」と話していました。



和牛枝肉共進会で馬場牧場が最高賞

6月18日、株式会社ミヤチク高崎工場（都城市）でJA宮崎経済連和牛枝肉共進会が開催され、有限会社馬場牧場が最高賞のグランドチャンピオンに輝きました。共進会には県内各地から103頭の枝肉が出品。優良賞2席には中窪勝彦さんが輝きました。



陸上自衛隊えびの駐屯地の隊員ら カブトムシを保育園児に贈る

6月20日、陸上自衛隊えびの駐屯地の隊員でつくる曹友会が朝日保育園（坂下エイ子園長）の園児30人にカブトムシやクワガタを贈りました。隊員が休日などに集めたカブトムシなどを地域の保育園や幼稚園に贈る取り組みで、園に訪れた芥川隆之事務局長は「たくさんの人の協力でこれだけ集まった。大事に育てて」と話しました。



坂下園長は「本物のカブトムシを見たことがない子どもたちもたくさん。自分で育てることで、いのちの大切さを学んでもらえたら」と話しました

思いやりの心を花とともに育てて 紙屋中学生徒へ「人権の花」

6月26日、「人権の花」運動の苗が紙屋中学校（竹之内千春校長）の生徒に贈られました。苗は、花を育てることを通じて思いやりの心を育ててもらおうと、市と宮崎地方法務局都城支局などが贈ったもの。代表して花の苗を受け取った川内愛美さん（3年）は「もらった花は全校生徒で大切に育てていきたいです」とお礼を述べました。



贈られたのは、ペチュニアやニチニチソウなどの苗280株。苗は生徒らによって校内に植えられ、付近には一緒に贈られた立て看板を飾ります

無病息災や五穀豊穡を祈る伝統行事

霧島岑神社、野尻小学校、東方中学校で「六月灯」まつりを開催



【霧島岑神社】Photo1 灯籠で彩られた参道 2 獅子舞【野尻小学校】3 多様なステージイベントでにぎわう会場 4 体育館までの渡り廊下を飾るたくさんの灯籠 5 家族連れでにぎわう屋台【東方中学校】6 ステージイベントに飛び入り参加する子どもたちも

7月13日、市内各地で「六月灯」が行われました。六月灯は、旧薩摩藩領に伝わる無病息災や五穀豊穡を祈る夏祭り。霧島岑神社では、地元小・中学生や園児が作った100個の灯籠で参道が幻想的に彩られ、来場者は巫女の舞や獅子舞、太鼓や屋台などを楽しみました。野尻小では、小学生や地域住民が作成した灯籠が会場の体育館までの渡

り廊下を装飾。神事後、地元保育園児によるこども神輿で祭りがスタート。歌や踊りなどのステージイベントで盛り上がったほか、子どもたちのラムネ早飲み大会や抽選会が催されました。東方地区では4年ぶりの開催。祭りは東方中学校の体育館で子どもたちのダンスなどのステージイベントが行われ、多くの家族連れがにぎわいました。

味もおもてなしも三ツ星！ 小林西高の三ツ星レストラン開店

7月18日と19日、小林西高校調理科3年生が実習で培った調理の腕をふるう「三ツ星レストラン」が開かれました。7月11日には、市長や生徒の出身中学校の校長などを対象に、本番さながらに料理の提供や接客を行うプレオープンを実施。野菜がふんだんに使われたスープやカレイのあんかけなどのコース料理が振る舞われました。



プレオープンで接客を担当した豊原琉希さんは「練習とは違い緊張したが、楽しかった」と笑顔。本番は2日間で約270人が来店し、料理を堪能しました

新興不動産有限会社が 教育環境の充実を目的に寄付

7月11日、不動産の仲介業・管理業などを営む新興不動産有限会社（森山芳太郎代表取締役）が、市に100万円を寄付しました。寄付贈呈式で森山代表は、「不動産業はまちの人の力を借りて成り立つものなので、いつか地域に恩返ししたいと常日頃思っていた。わずかだが市民の皆さんのお役に立てれば」と話していました。



寄付は企業版ふるさと納税制度を活用したもの。いただいた寄付は同社の意向に基づき市内小・中学校の教育環境の充実に活用されます

暑い夏にゆずの風味でさっぱり 小林発クラフトビールが今年も完成

小林市の湧水と須本地区のゆずを使用したクラフトビール「KOBAYASHI ni ALE」が今年も完成し、7月8日にお披露目会が開かれました。小林にエール（応援）を送るという意味を込め、昨年初めて市民団体が販売。ビールは、すきむらんどで持ち帰り用として販売するほか、市内飲食店での提供やイベントでの販売も予定されています。



団体代表の池田幸士郎さんは「昨年は、小林初ということで県外からも大きな反響があった。ビールを夏恒例のものにしていけたら」と話していました

出の山淡水魚水族館で七夕イベント

7月7日、出の山淡水魚水族館で七夕イベント（小林まちづくり株式会社主催）が開催されました。願い事を書いた短冊を館内や水槽の中に飾ることができる体験イベントが行われ、会場には新衣装を着たコスモ〜も登場。多くの家族連れが七夕を楽しみました。



ウルトラマンゼロが市役所を訪問

7月17日、ウルトラマンゼロが市役所を訪れました。8月18日に宮崎市で株式会社宮崎放送の開局70周年記念主催事業のライブイベントが開催されることを記念し、県内全26市町村を訪問するもので、会場の子どもたちは大きな歓声を上げていました。



渡りのチョウを小林小に招くため 「アサギマダラを迎え隊」発足

7月4日、小林小学校（吉井秀一校長）に「アサギマダラを迎え隊」が発足しました。アサギマダラは世界的に珍しい渡り（長距離の移動）をするチョウ。隊は児童と保護者を含む13人で構成され、同校の校門近くに植えられた、アサギマダラが好む多年草のフジバカマの水やりや草取りなどを行うことで、チョウの飛来を目指します。



隊員の河島未来さん（6年）は「フジバカマを大きくきれいに咲かせ、アサギマダラがたくさん集まる花壇を作りたい」と意気込んでいました

社協と㈱トヨタレンタリース宮崎 災害時の車両貸渡に関する協定締結

7月5日、小林市社会福祉協議会（吉丸政志会長）と株式会社トヨタレンタリース宮崎（佐土嶋健代表取締役）が災害時における車両の貸渡に関する協定を結びました。災害時に市社協がボランティアセンターを立ち上げた際、不足することが予想されている車両を同社が貸し出し、迅速な支援・復旧につなげることを目的とするものです。



締結式で佐土嶋代表は「車は携帯電話の充電や一時避難場所としての活用もできる。迅速な復旧に役立ててもらえたらうれしい」と話していました

小林市病院企業職員採用試験

試験は次の区分のいずれか一つのみ受験できます。

◆試験日程

◆一次試験 9月22日(日曜)

◆二次試験 10月20日(日曜)

※二次試験は事務職A・Bが対象

◆試験会場 市立病院会議室

◆試験区分(採用予定)

◆看護師(3人程度)

昭和60年4月2日以降に生まれた人で、34歳までに免許を取得した人

◆薬剤師(若干名)

昭和53年4月2日以降に生まれた人

◆臨床工学士(若干名)

平成6年4月2日以降に生まれた人

◆臨床検査技師(若干名)

平成6年4月2日以降に生まれた人

◆理学療法士(若干名)

平成6年4月2日以降に生まれた人

◆作業療法士(若干名)

平成6年4月2日以降に生まれた人

※いずれも、免許を持っているか令和6年度試験で免許取得見込みの人。ただし看護師は、平成3年4月2日以降に生まれ令和6年度試験で免許取得見込みの人が対象

◆事務職A(大卒程度・若干名)

平成8年4月2日～平成15年4月1日までに生まれた人

◆事務職B(高卒程度・若干名)

平成15年4月2日～平成19年4月1日までに生まれた人

◆受付期間(土日祝を除く)

7月29日(月曜)

8月30日(金曜)

8時15分～17時

※郵送は8月30日必着

◆受験申込書交付場所

市立病院事務部(2階)

◆郵送請求の場合

封筒の表に「採用試験受験申込書請求」と朱書きし、140円切手を貼った宛先明記の返信用封筒(角2号)を必ず同封ください。申込書はホームページからもダウンロードできます。

◆注意事項

申込締切後は、試験区分の変更はできません。

●問・市立病院事務部

小林市細野2235番地3

Tel 23・4711

●市民表彰候補者の推薦を受け付けます

本市の振興発展や市民生活の向上などに多年尽力され、その功績が顕著な方々を表彰します。

◆部門

①地方自治、②産業経済、③教育・芸術・体育・文化、④公共福祉、⑤市民生活

◆主な選考基準

◆30年以上の功績を有する方

※ただし、特例的なものはこの限りではありません

※刑罰を受けた者、重大な交通事故故違反者などは、候補者から除外されます

◆推薦方法

所定の功績調書・履歴書を提出ください。用紙は、企画政策課、須木庁舎地域振興課、野尻庁舎地域振興課、市ホームページで取得できます。

◆提出締切

8月13日(火曜)

◆表彰式開催日

11月3日(日曜)文化の日

●申・問・企画政策課

Tel 23・3470

◆日時(1日のみの参加可)

◆1日目

8月17日(土曜)

8時～17時

◆2日目

8月18日(日曜)

8時～15時

※2日目の15時から結果発表と表彰式を行います

※荒天時は次週の土日に延期※釣った魚は検量時間(14時～15時)までに検量場所までお持ちください

◆場所

野尻湖内(検量・表彰式は旧野尻湖キャンプ村)

◆対象

中学生以上

※小学生以下は保護者同伴

◆費用

無料

◆部門

ブラックバス部門、ブルーギル(ハス含む)部門

◆審査・賞品

2日間総合の検量尾数(同数の場合は重量を加味)をもとに、釣り上げた尾数が多い順に賞品を贈ります。(別途参加賞があります。)

●問

小林高原野尻漁業協同組合

Tel 23・4668

水道の量水器(メーター)の交換について

毎年、市の水道を利用する施設(住居など)の量水器を順次交換しています。作業前にお声掛けしますが、交換件数が多いため、不在の場合でもやむを得ず作業することがあります。その際は、交換済のお知らせを投函します。ご理解、ご協力をお願いします。

◆交換業者

◆小林地区

小林地区管工事協同組合

◆須木地区・野尻地区

野尻町管水道

工事業協同組合

●問

上下水道課

Tel 23 - 0321



危険な暑さに早めに気付く
ご存じですか？
熱中症特別警戒アラート

「熱中症警戒アラート」は、気温や湿度、日射量などで推定する暑さ指数が一定値を超え、危険な暑さが予想される場合に、熱中症への警戒を呼びかけるため発表されます。また、熱中症警戒アラートの一段上の「熱中症特別警戒アラート」の運用が今年4月から始まりました。特別警戒アラートは、広域的に過去に例のない危険な暑さなどにより、熱中症救急搬送者数の大量発生を招き、医療の提供に支障が生じるような恐れがある場合に発表されます。特別警戒アラートが発表される状況では、普段の熱中症予防行動では不十分な可能性があります。危険な暑さから自分や周りの人の命を守る行動をお願いします。

●問＝生活環境課 Tel 23-8122

熱中症を予防するために

☒ 室内でエアコンなどをつけ涼しい環境で過ごす

☒ 高齢者や乳幼児などの周りの人は、見守りや声掛けを行う

☒ こまめな休憩や水分補給・塩分補給

☒ 涼しい環境以外の場所では運動などを中止

熱中症警戒アラート・熱中症特別警戒アラート発表状況はコチラを確認



招待券が当たる市公式LINE 連動企画も
夢と笑いとスリルに満ちた
8年ぶりの木下大サーカス宮崎公演

8年ぶりに木下大サーカス宮崎公演が開催されます。ポニーなど動物の演技、世界一流アーティストの新空中大車輪や空中ブランコショーなど、夢と笑いとスリルに満ちたショーをお楽しみください。

■日程 9月22日(日曜)～12月9日(月曜)
※毎週木曜と9月25日(水曜)、10月9日(水曜)、10月23日(水曜)、11月13日(水曜)、11月27日(水曜)は休演

■公演時間 約2時間10分

■場所 イオンモール宮崎特設会場

■自由席入場料 おとな4千円(前売り3,500円)、こども(3歳～高校生)2,500円(前売り2千円)

■後援 宮崎県、宮崎県教育委員会、宮崎県市長会など

■その他 開演時間やチケット購入、駐車場などの宮崎公演に関する詳細は、公式ホームページ(右QRコード)からご確認ください。

●問＝木下大サーカス宮崎公演事務局 Tel 0985-25-0450
企画政策課(LINE連動企画について) Tel 23-0456

熱中症特別警戒アラートの発表を
メール・LINEでお知らせします

過去に例のない危険な暑さなどで重大な健康被害が生じる恐れがある日の前日14時に「特別警戒アラート」が発表されます。

◆

当日の朝6時に小林市メール配信サービスと市公式LINEでお知らせします。

※メール・LINEの登録は右QRコードから登録できます。LINEは、登録後に受信設定で「防災情報」を選択してください

小林市メール配信サービス



市公式LINE



熱中症特別警戒アラート発表時には
クーリングシェルターを開放します

危険な暑さから身を守ることができるように、市役所の庁舎など16箇所を指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)として指定しました。指定施設は、特別警戒アラート発表時に開放します。開放可能な曜日・時間などは市ホームページ(右QRコード)で公開しています。

●問＝健康推進課 Tel 23-0323



市公式LINEに登録して
ペア招待券を当てよう！

- 1 市公式LINEに登録し受信設定を行う

右のQRコードを読み込んで友達登録し、簡単なアンケートに答えて受診設定を行ってください。


- 2 全お友だちに配信される応募フォームに必要事項を入力して応募

8月23日⑥に配信予定です。取得した個人情報は、招待券の発送にのみ使用します。
- 3 当選者へ招待券を送付(9月上旬頃)

当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。

この夏の元気 WRAPカフェ開催

落ち込んだときに、自分で気分を改善し元気を回復・維持する「元気回復行動プラン」の作り方を紹介します。お茶を飲みながら、ゆったりとみんなで聞き合い語り合うカフェ形式の講座です。

◆WRAPとは
Wellnes (元気) Recovery (回復) Action (行動) Plan (計画) の頭文字をとった略称

◆日程 8月24日(土曜)
13時30分～15時30分

◆場所 すこっぷハウス
(みどり会館南側道路沿い・旧高木邸)

◆講師 WRAPファシリテーター

◆対象 市内在住で、精神的な落ち込みや不調が気になる人、メンタルヘルスに関心のある人、WRAPに関心のある人

◆申込方法 電話かファックス、メール

◆定員 20人

※応募多数の場合は抽選

◆参加費 無料

◆締切 8月16日(金曜)

テナムの学校 キッズマネースクール

大切だけど、意外と子どもに教えるのが難しい「お金」のこと。「キッズマネースクール」で、遊びながら楽しく学んでみませんか？

◆日時 8月17日(土曜)
◆午前の部 10時～12時
◆午後の部 14時～16時

◆講師 ファイナンシャルプランナー

◆場所 TENAMU交流スペース

◆対象 4歳～10歳(保護者同伴)

◆定員 15組

◆費用 無料

◆申・問
・TENAMU交流スペース
Tel 22・1076

●申・問
・小林市社会福祉協議会
Tel 23・3466
Fax 22・8174
Mail kobayashisyakyo@gmail.com

パソコンノート テイカー養成講座

聴覚に障がいがある方とパソコンを使ってコミュニケーションをとる「パソコン要約筆記(ノートテイカー)」の養成講座です。

◆開催期間 8月25日(日曜)
～令和7年3月

◆毎月第1、第3木曜
※8月25日10時開講
19時～21時

◆毎月第3日曜
10時～15時

◆場所 ※木曜、日曜のみの参加も可
小林市社会福祉センター

◆受講資格 市内在住の高校生以上で、パソコンのタイピングができる人

◆受講料 無料

◆申・問・福祉課
Tel 23・0111

令和6年10月入校生

◆募集科目 職域開発科

◆訓練期間 6カ月

◆募集締切 8月23日(金曜)

◆応募対象 精神障がい、発達障がい、高次脳機能障がいのある人 ※手帳の有無を問いません

◆選考日 9月7日(土曜)

令和7年4月入校生

◆募集科目
①3D・CAD科、②プログラム設計科、③商業デザイン科、④OA事務科、⑤流通ビジネス科、⑥流通ビジネス科音声パソコンコース、⑦総合実務科

◆訓練期間 1年間(②のみ2年間)

◆募集締切 9月30日(月曜)

◆応募対象 身体障がい、知的障がい、精神障がい、発達障がい、高次脳機能障がい、難病などがある人(手帳の有無を問いません)。音声パソコンコースは視覚障がい、総合実務科は知的障がいがある人

◆選考日 10月19日(土曜)

原爆の日・戦没者を追悼し平和を祈念する日のサイレン吹鳴について

原爆の日

原爆による犠牲者のご冥福と核兵器の廃絶・世界の恒久平和を祈念するため、原爆の日に市内でサイレンを吹鳴しますので、黙とうをお願いします。

◆日時
▼広島原爆の日 8月6日(火曜) 8時15分
▼長崎原爆の日 8月9日(金曜) 11時2分

戦没者を追悼し平和を記念する日

毎年8月15日は「戦没者を追悼し平和を祈念する日」です。当日正午に市内で吹鳴するサイレンに合わせ、黙とうをお願いします。

また、お盆の期間に忠霊塔を開放しますのでご参拝ください。

◆忠霊塔開放期間
8月13日(火曜)～8月15日(木曜)

●問＝福祉課 Tel 23-0111

令和7・8年度競争入札参加資格審査申請について

令和7・8年度競争入札参加資格審査申請の定期受付は、要綱改正に伴い令和7年1月となります。提出書類など詳細は、11月中旬に市ホームページに掲載予定です。

また、等級格付に係る項目や点数の見直しを行いました。令和7・8年度申請から適用します。詳細は市ホームページを確認ください。

●問・財政課

児童扶養手当等現況届の届出を忘れずに

8月は児童扶養手当とひとり親家庭医療費助成の現況届の届出期間です。手続きがなかった場合、11以降の手当の支給や医療費助成が受けられなくなります。

◆対象者 対象者には別途案内文書を送付しています。

※現在、所得制限により手当等を受給していない人も届出が必要です

※届出が2年間提出されない場合は、時効により受給資格が喪失されます

◆届出期間(土日祝日除く)
8月1日(木曜)～8月30日(金曜)

◆受付場所 こども課、須木庁舎住民生活課、野尻庁舎住民生活課

◆集中受付期間
▼日時 8月7日(水曜)～8月15日(木曜)
8時30分～18時

※8日(木曜)、15日(木曜)は19時まで

◆場所 本庁2階第1会議室

●問・こども課(本庁)
Tel 23・1278

・須木庁舎住民生活課
Tel 48・3132

・野尻庁舎住民生活課
Tel 44・1100

●申・問
・福岡障害者職業能力開発校
Tel 093・741・5431

令和6年度 被爆二世健康診断事業

◆対象者 両親のどちらかが被爆者健康手帳を所持しており、原爆投下後に生まれた人(胎児被爆者は除く)で、健康診断受診を希望する人

◆申込方法 任意の様式に次の必要事項を記入し、添付資料を添えて封書で申し込みください。

▼必要事項
本人に関する情報
氏名(フリガナ)、性別、生年月日、住所(郵便番号)、電話番号、過去の受診歴(年度・受診結果)、受診を希望する医療機関名、多発性骨髄腫検査の希望の有無

親に関する情報
氏名(フリガナ)、住所(郵便番号)、電話番号、被爆者健康手帳の番号

▼添付書類
新規申込者は次の書類を添付してください。なお、過去に受診歴のある二世の人は、添付書類は不要です。

▼被爆者が生存している場合
・被爆者健康手帳の写し

▼被爆者が死亡している場合
・戸籍謄本の写し

◆申込期限 8月30日(金曜) 必着

◆健診期間 9月中旬～令和7年3月10日(予定)

◆健康診断実施機関
宮崎・延岡・日南の各県立病院、都城健康サービスセンター、園田病院、国立病院機構宮崎病院・済生会日向病院、高千穂町国民健康保険病院、宮崎生協病院、串間市民病院 ※県立日南病院、園田病院では多発性骨髄腫検査はできません

◆その他
・日程の詳細や健康診断実施機関は、後日通知します。
・健康診断受診料は無料です。
※各医療機関への交通費は自己負担です

●申・問
・県福祉保健部健康増進課
健康づくり歯科保健担当
〒880・8501
宮崎市橘通東2丁目10番1号
Tel 0985・26・7078

2027年に開催決定!

小林市開催競技

国スポ正式競技：バレーボール(少年女子)
ウエイトリフティング
体操(トランポリン)
カヌー(スプリント)

障スポ正式競技：バレーボール(精神)

デモスポ：ソフトバレーボール

●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	8月18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	8月22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

8月18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 8月8日(木曜)
受付締切日 8月15日(木曜)

税・保険料の納付期限

※納期限は9月2日(月曜)です

市県民税 2期
介護保険料 2期
国民健康保険税 2期
後期高齢者医療保険料 2期

これは何ごみ? 答え

くつは
燃やさないごみ

●問=生活環境課 Tel 23-8122

市公式 SNS

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



●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
8 13 火	人権・行政・なやみごと	市役所東館1階会議室4	10:00～15:00
20 火	人権・なやみごと	市役所東館1階会議室4	
27 火	人権・なやみごと	市役所東館1階会議室4	
9 3 火	人権・行政・なやみごと	須木総合ふるさとセンター	
5 木	人権・行政・なやみごと	野尻町保健福祉センター	

ひとりで悩まずお話しください

◆こころの電話相談

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	や思いを一緒に話しませんか
▼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	8月	9月
水流迫、東方1・2	1	3
真方1・2・3	2	2
南西2・3、通り町	5	4
南西1の西、南西4本町、新生町	5	5
南西1の東、種子田	6	6
北西1・3、緑町	7	9
北西2、坂元	9	10
西町1・2・3 南島田	8	12
仲町、永田町、後川内	22	11
細野2・3、南真方	23	20
細野1、南真方西	27	25
南真方東 上町・上町西	28	26
上町中、上町東 上町北	29	27
西堤、南堤	30	30
北堤	30	30
野尻地区 (第3日曜)	18	15
須木地区 (第4日曜)	25	22

今月の これは何ごみ?



「くつ」
(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	9月4日(水)	受付 9:30 ～ 11:00	
もぐもぐクッキング (要予約)	8月28日(水)	受付 13:45 ～ 14:00 開催 14:00 ～ 15:30	
歯っぴ～教室(要予約)	8月20日(火)	受付 13:00 ～ 13:30	
赤ちゃん健康診査	8月22日(木)	※個別に案内しています	
1歳6か月児健康診査	9月5日(木)		

●にここ運動教室 (13:30～15:30)

問: 社会福祉協議会野尻支所 Tel 44-1206

場 所	8月	9月
野尻町保健福祉センター	20日(火)、27日(火)	3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)
8 20 火	まちかど健康相談	コープみやざき 小林店	13:30～15:30
22 木	まちの保健室	まちなか松栄 イートインスペース	
9 5 木	まちかど健康相談	ゆ～ぱるのじり	

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
8	11 日	小林泌尿器科クリニック 25-0505
		整形外科前原病院 23-1711
	12 月	池田病院 23-3535
		小林保養院 22-2836
	18 日	くすもと内科クリニック 23-1115
		野尻中央病院 44-1141
9	25 日	上田内科 23-3377
		立山整形外科医院 22-1717
	1 日	ひろた内科クリニック 25-0550
	8 日	池井病院 23-4151

※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

元気がよか！

加齢や入院、転倒などで生活上の困りごとなどが出てきたら
地域包括支援センターにご相談ください

☎ = 長寿介護課 Tel 23-1140

事業対象者に該当

「できる限り自立した生活を送ること」を目的に、必要なサービスや今後の目標などを一緒に話しながら「サービス利用計画書（予防プラン）」を作成します。

計画書をもとに目標に向かってサービスを利用しつつ、自分でできる取り組み（セルフケア）も続けていきます。

日常生活の支障がより軽度で事業対象者に非該当

介護保険サービス以外に活用できる、社会参加による役割や居場所の獲得による生きがいづくりや、地域の通いの場や自宅で行うことができる各種介護予防の方法などについてご紹介いたします。

**困りごとや課題を整理
必要な支援につなげます**

「住み慣れた地域で、いつまでも元気に」。そんな気持ちで健康づくりをがんばっている方はたくさんいらっしゃると思います。しかし、加齢や入院、転倒など、環境や身体状況が変わること、今まで楽にできたことが難しくなり、日常生活に支障が出てくる場合があります。そんな時は、お近くの地域包括支援センターにご相談ください。

職員がご自宅を訪問し、運動や食事状況、口腔機能、

小林地区・須木地区
小林市地域包括支援センター Tel 25-0707

南西・北西・種子田地区
小林市西部地域包括支援センター Tel 27-2552

野尻地区・内山地区
のじり地域包括支援センター Tel 44-2271

物忘れなどを聞き取り、生活上の困りごとやできなくなった動作から課題を整理し、結果に基づいて左のような支援を行います。

早めの取り組みが、その後の長い人生を左右します。ぜひ地域包括支援センターにご相談ください。

福祉情報をお届けします 社協タイムズ

お気軽にお越しください！
子ども食堂「みんなの子育て広場」

小林市社会福祉協議会が開催している「みんなの子育て広場」をご存知ですか？

「チラシを見た」、「聞いたことがある」、「お弁当をもらったことがある」など覚えていてくださったらうれしいです。

「みんなの子育て広場」では、子ども食堂を2カ月に1回、第2土曜に開催しています。コロナ禍で規模を縮小していましたが、今年6月から飲食スペースやキッズスペースを開放しました。

栄養満点のおいしいごはんを食べて、楽しく遊んで、ゆつくり過ごして、時には悩みを打ち明けられるような場所。子育て中のご家庭だけでなく、子ども同士でも来られる、地域の中で人が集まれる場所にできればと考えています。

「子どもが遊んでいる間、話を聞いてもらいたい」、「あの子を誘って遊びに行ってみようかな」、「誰かと話をしたい」。そんな想いを抱えた皆さん、ぜひお気軽にお越しください。



☎ = 小林市社会福祉協議会 Tel 23-3466

場所 社会福祉センター（市立図書館となり）
料金 子ども（高校生以下）無料、大人300円程度の材料代寄付

心房細動を早期発見し 脳梗塞を防ぎましょう！

**無症状のまま発症する
かくれ心房細動にご用心**

心房細動とは、心房が十分に収縮せず、けいれんするように細かく震えることで心臓がうまく働かなくなってしまう病気です。

主な自覚症状として、脈の乱れ、動悸、めまい、息切れなどがありますが、心房細動の約4割は無症状のまま発症する「かくれ心房細動」です。

**早めの受診で
心房細動を早期発見**

年齢を重ねるにつれ、心房細動の罹患率は上昇すると言われています。何より怖いのは、心房細動が原因で心房内の血液が淀んで血栓ができることで脳梗塞を引き起こすことです。

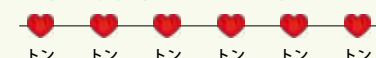
心房細動の診断には心電図検査が不可欠です。健診などで発見されることもあります。自覚症状があったり、自己検脈でおかしいと思ったら、早めに病院を受診しましょう。

自己検脈をマスターしよう！

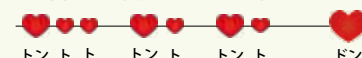


- ① 手首の親指側の骨の部分と手首の筋の動脈を、人差し指、中指、薬指で押さえて脈を探ります。
- ② 脈拍を測る。1分間に50～100回程度が正常な目安。正常な脈拍のリズムは一定ですが、心房細動のリズムはバラバラです。

正常な脈拍（一定のリズム）



心房細動（脈がバラバラ）



心房細動の症状



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！

☎ = こども課 Tel 23-4319

乳幼児期からベジ活！

乳幼児期の食習慣は成長後にも影響するため、乳幼児期に野菜を好きになることは、将来の野菜不足を防ぐことにつながります。

食事のおいしさや楽しさは、過去の経験や記憶と関連します。乳幼児期は、好き嫌いより経験が少ないことによる野菜への苦手意識が強いです。特に苦味や酸味は、繰り返し食べて慣れる必要があります。また、食事の楽しい雰囲気づくりも大切です。

市立保育園では、園児が園の畑で収穫した野菜を使用する食育活動を行っているほか、給食の野菜使用量が100g以上※（3歳未満児は80g以上）になる「ベジ活の日」を設けています。

※子どもの1日の野菜摂取目安量は、1～2歳180g、3～5歳240g、6～7歳は270gとなっています

また、昼食やおやつにも地元産の旬の野菜を中心に取り入れ、野菜を食べる経験を積める献立を立てています。

家庭でも、一緒に買い物へ行ったり、料理のお手伝いをしたりするなど、五感を使って食材に触れる機会を増やしましょう。

写真① 野菜使用量164g
（須木中央保育園）

写真② 野菜使用量103g
（小林中央保育所）



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～



『こんやははなびたいかい』
さく：きだ えりこ
え：あべ はるえ
発行：福音館書店

～一般書～



『古本食堂 新装開店』
著者：原田 ひ香
発行：角川春樹事務所

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

「やさしい声」と「ぬくもり」を届ける 赤ちゃん絵本のひととき

赤ちゃんが一緒に絵本を楽しむ
ための取り組みを紹介します。

ブックスタート

市では、3カ月健康診査時に全ての赤ちゃんに絵本2冊と絵本バッグをプレゼントする「ブックスタート」を実施しています。

絵本であそぼ0・1・2 (子うさぎ文庫共催)

0～2歳児と家族を対象に、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（小林市駅南251）

いよいよ建設工事がはじまる！

vol.18

健康のまちづくり拠点施設整備

つうしん

新市民体育館の酷暑対策

①高性能空調システム

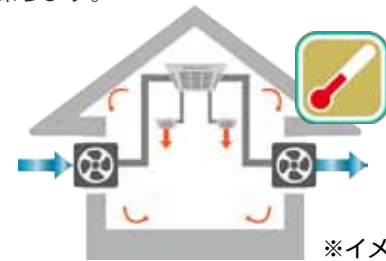
新市民体育館には、最新の高性能空調システムを導入します。アリーナや観覧席など館内の温度を常に快適に保ち、猛暑日でも快適にスポーツを楽しむことができます。また、気流を抑えるので競技に影響が出ません。

②断熱材の使用

建物全体に高性能断熱材を使用することで、外気の影響を最小限に抑えます。室内温度が安定し、エネルギー効率も向上します。

③換気システム

効率的な換気システムを取り入れ、館内の空気を新鮮で清潔な状態に保ちます。



※イメージ

新市民体育館は、市民が健康で快適にスポーツを楽しむための場として、酷暑対策を講じた施設になります。工事の進捗状況は、広報紙で随時お知らせします。

問=建設課 TEL 23-0311

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。手話を使っている方とコミュニケーションをとってみませんか？

宮崎

モデル：紙屋中3年 桧山 梓真さん

- 1 指を斜め上に向けて両手の指を組み合わせます。
- 2 両手を斜め前にすすめ、指先を合わせます。

1



2



小林

モデル：小林中3年 磯崎 一護さん

- 1 立てた左手の人差し指を右手の人差し指と中指ではさみ、「小」の字形を作ります。
- 2 広げた両手の手のひらを向かい合わせて、同じ場所で交互に上下させます。

1



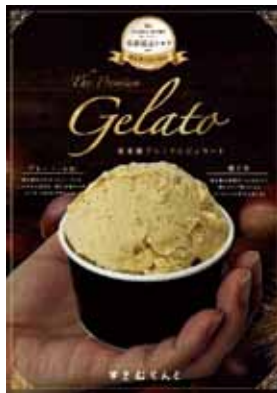
2



須木の特産品と言えば、何といっても「須木栗」。すきむらんどでは、今年も須木栗をさまざまな形で楽しめる「須木栗フェア」を開催します。

今年の一押しは、有名パティシエとコラボして話題にもなった「須木栗ジェラート」です。

すきむらんど名物として以前大人気だった「愛す栗夢」の後を継ぐこのジェラート。開発をお願いした江森宏之シェフは、2015ミラノ万博スイーツワールドカップで、日本を世界チャンピオンに導いた有名パティシエです。地域の宝「須木栗」と有名パティシエのコラボで生まれた絶品ジェラートをぜひお楽しみください。



【おこめ処 お結びや】

▼月・火・金曜
11時～15時
▼土・日曜
11時～17時
※水・木曜定休
【かるかやランチ】
11時～14時30分
(14時L.O.)
※水・木曜定休
【かじかの湯】
10時～21時
※第2・4木曜定休

栗山リゾートかるかや
準備ができ次第、ランチで栗御膳を販売

おこめ処お結びや

準備ができ次第、数量限定で栗ごはんを販売

すきむらんどフードトラック
による栗カフェ



▼昨年の焼き栗販売の様子

焼き栗販売 金土日限定でその場で焼いた焼き栗を販売

生栗販売 すきむらんどで生栗を販売

須木栗フェア 9月1日(日曜)～10月31日(木曜)

すきむらんどニュース
夏の次は栗の季節！
9月・10月に須木栗フェアを開催！

行ってみよう！やってみよう！

お出かけガイド

こばやしの夏を楽しむ夏祭り情報

やまびこ花火が夜空を彩る

第45回

すき納涼花火大会



すきの山々にこだまする打上花火は迫力満点！ステージイベントも盛りだくさんです！

●日時=8月10日(土曜)17時～(花火は20時～) ●場所=須木中学校運動場 ●問=すき納涼花火大会実行委員会 (TEL 48-3451)

2千発の花火がのじり湖を彩る

第40回

のじり湖祭



今年は40回目の記念大会！さまざまなステージショーや約2千発の打上花火など、楽しいイベント盛りだくさんです！

●日時=8月31日(土曜)16時30分～(花火は20時～) ●場所=のじりこびあ ●問=野尻庁舎地域振興課 (TEL 44-1100)

小林駅だヨ！全員集合

第3回

シン・こばやし夏祭り



地元飲食店の出店や、地元アーティストのステージも♪キッズゾーンも充実！恒例のお化け屋敷も同日開催！

●日時=9月7日(土曜)11時～20時30分 ●場所=小林駅周辺 ●問=小林まちづくり株式会社 (TEL 22-8684)

画：友安よーいち
第119話「お盆といえど…」



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

父の日や何を語らん亡き父に（小林合歓の会 入佐典子）
昼寝覚め党首討論忍び込む（小林合歓の会 後野美美子）
浅漬の歯ごたえはジャズ夏大根（小林合歓の会 尾辻和子）
南十字星見えて来ました夏紀行（小林合歓の会 倉田玲子）
自転車のぱつと笑顔の夏少女（小林からくに会 中園直子）
風鈴にきゆうりの香や冷ややっこ（東脇哲郎）
獲る喜び毎日茄子じや飽きも来る（長友正臣）
振り袖の孫と並びてハイチーズはたちの笑顔の何とまぶしき
（佐枝記子）
此の暑さ人怖がらず野良猫も小陰みつけてひるねしている
（武ナミ子）

SUKU SUKU

つどめ いっしん
津留 一心くん
令和5年8月27日生



ニコニコ笑顔が素敵な一心くん♡
一心不乱に好きな事に挑戦して周り
自分を大切に元気に大きくなってね！
保護者：津留周平、弥沙紀

<編集後記>

給食特集を取材しました。給食センター
の調理室に入ったら行く先々に手洗い
場が。調理員は作業ごとに手を洗い、
その衛生管理のおかげで安心の給食が
できているのかと感心しました。（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！

ふくおか りおな
福岡 李音奈 ちゃん
令和5年7月8日生



みんなを幸せ笑顔にするりおなちゃん。
これからいっぱい食べてたくさん
遊んで大きくなってね。
保護者：福岡亮輔、里香

操法大会を取材しました。会場には、
操法要員として出場する同僚たちの姿
も。いつも職場で見かける姿とはまた
違った消防団員としての凛々しい姿
に、頭が下がる思いでした。（前原）

ハッ=//info

小林市×宮崎観光ホテル

食の魅力を通じてファンを獲得 こばやしフェア 2024 開催

8月1日～9月30日までの2カ月間、株式
会社宮崎観光ホテルと連携し、「小林市×宮崎
観光ホテル こばやしフェア 2024」を開催しま
す。期間中は、ホテル内各レストランでの小林
市産食材を使った特別メニューの提供や、売店
での特産品販売などを開催。

また、8月3日（土曜）、9月6日（金曜）
にはホテル内レストランで小林市産宮崎牛やシ
ヤインマスカットのふるまいを実施。ホテル利
用者に向けて小林市の特産品をPRします。



宮崎市の花火大会が開催される8月3日（土曜）には、ホテル
内イベントテラスにて「真夏の激アツこばやしマルシェ」を開
催。市内約15店舗・団体がブースを出店し、肉やスイーツなど、
小林市の食の魅力を官民連携して発信します



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。



@noo_ooa12さん



庸山窯 # 陶磁器 # カフェ

@team_nishimoroさん



庸山窯 # 陶磁器 # カフェ

@me_em711さん



向日葵 # ヒマワリ

人のうごき（小林市の人口）

人口	41,257人	(-25、-839)
男	19,232人	(-13、-412)
女	22,025人	(-12、-427)
世帯	19,125世帯	(+14、-34)

令和6年7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	6月	累計	昨年
建物	0	6	+2
林野	0	0	-1
車両	0	0	±0
その他	0	11	+3
救急	167	1060	-51

交通事故発生状況

種別	6月	累計	昨年
人身	13	53	-11
物損	81	442	+9
死者	1	1	0
負傷者	19	66	-5
全国死者	1182		(昨年同月比 +1)



日本神話の郷 霧島岑神社

8月13日(火)～15日(木) 盆祭
8月15日(木) 11:30～
終戦記念戦没者慰霊祭

小林市細野(庚字) 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

(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」

※ただいまプリエール会員(割引特典あり)募集中です。
詳しい内容はお近くの斎場または各支店でお尋ねください。

JA みやざき	プリエール小林
フリーダイヤル	☎ 0120-89-0983
プリエール小林 小林斎場	小林市水流迫 644-4 ☎ 23-1084
プリエール小林 野尻斎場	小林市野尻町東麓 1379-1 ☎ 44-0040
プリエール小林 高原斎場	高原町大字西麓 3243-1 ☎ 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。