

新市民体育館のモチーフは何？

小林市をイメージしたデザインの新市民体育館！

小林市は霧島連山をはじめとする山々に囲まれ、その山々から湧き出る名水・温泉、カルデラにより形成された「小林盆地」や、その盆地を南北に流れる「岩瀬川」、大淀川の支流にある「櫓の轟」や「ままこ滝」など豊かな大自然に恵まれています。



多くの動植物を育んできた、緑豊かな山々にある「森の木立」をイメージして色と質感を変え、陰影を強調し、勇壮に流れ落ちる「清流の滝」をイメージとした縦ラインを外観デザインの着想としました。



すきむらんどの大吊橋から眺めることのできる「須木の滝（ままこ滝）」

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！

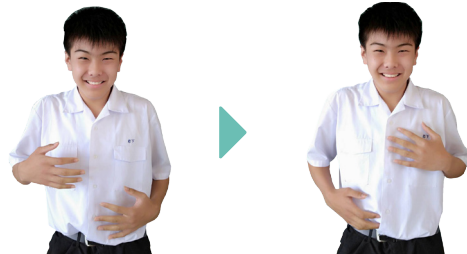
問＝福祉課 TEL 23-0111

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

楽しい

モデル：野尻中3年 岩下友星さん

両手を広げ胸のところで上下に動かします。
※顔を楽しそうに



すみません

モデル：永久津小3年 西種子田 淳さん

- 1 親指と人差し指をつまみ、眉間に当てます。
- 2 おじぎをしながら、つまんだ指先を広げます。



9月は「健康増進普及月間」

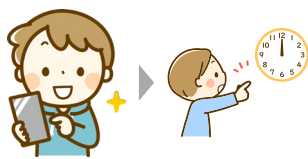
小児生活習慣病を予防して生涯健康な生活を

元気の知恵袋

●問＝こども課 TEL 23-4319

小児生活習慣病を予防するためのポイント

ゲームやSNSの時間を決める



休み時間や休日は外遊びや運動を



子どもの頃に身に付いた生活習慣は大人になってから変えようとしても、なかなか変えられません。正しい食生活と生活習慣について、この機会に家族で話し合ってみませんか。

早寝・早起き・朝ご飯を心がける



糖分・脂肪分の多い食事を控える



家事の手伝いをする



子どもも生活習慣病になるって知っていますか？
現在、糖尿病、がん、脳卒中などの生活習慣病の罹患が大きな問題となっています。介護を必要とせずに自立して生活ができる「健康寿命」を延ばすために、生活習慣病の予防がとても大切です。

「小児生活習慣病」の予防のために、「食事」と「運動」そして「睡眠」に注意した生活を送りましょう。
り、「小児生活習慣病」といわれるようになりました。高血圧や糖尿病、脂質異常症などを放置すると動脈硬化の原因となり、将来的に心筋梗塞や脳梗塞を起こすリスクを高めます。