

●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19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23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

1月19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9日(木曜)
受付締切日 1月16日(木曜)

税・保険料の納付期限

※納期限は**1月31日(金曜)**です

市県民税 4期
介護保険料 7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

クッションは
「**中身の素材で分別**」

中がスポンジやビーズの場合は『燃やさないごみ』、綿や羽毛などの場合は『燃やすごみ』です。市のごみ袋に入れて出しましょう。

●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
1	14	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
	21	火	人権・なやみごと	市役所東館1階会議室4	
	28	火	人権・なやみごと	市役所東館1階会議室4	
2	4	火	人権・行政・なやみごと	須木総合ふるさとセンター	
	6	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

◆このころの電話相談 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
◆このころの電話相談 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 20時～23時 ☎0985-77-9090
◆NPO 法人宮崎いのちの電話 日 18時～4時 ☎0570-783-556	◆NPO 法人宮崎いのちの電話 月水金 21時～4時 ☎0570-783-556
	◆NPO 法人宮崎いのちの電話 日火木土 18時～4時 ☎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や思いを一緒に話しませんか
 - 日 毎月第2火曜 時13時30分～15時30分
- ▼ひきこもり・このころの健康相談 : 日 毎月第2水曜 時13時30分～15時30分
- ▼わかちあいの会 (自死遺族のつどい) : 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	1月	2月
水流迫、東方1・2	7	4
真方1・2・3	8	3
南西2・3、通り町	9	5
南西1の西、南西4本町、新生町	9	5
南西1の東、種子田	10	6
北西1・3、緑町	14	10
北西2、坂元	15	7
西町1・2・3 南島田	16	13
仲町、永田町、後川内	23	12
細野2・3、南真方	24	20
細野1、南真方西	28	21
南真方東 上町・上町西	29	26
上町中、上町東 上町北	30	27
西堤、南堤	31	28
北堤	31	28
野尻地区 (第3日曜)	19	16
須木地区 (第4日曜)	26	23

今月のこれは何ごみ?



「クッション」
(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	2月5日(水)	受付 9:30～11:00	
もぐもぐクッキング (要予約)	1月22日(水)	受付 13:45～14:00 開催 14:00～15:30	
赤ちゃん健康診査	1月23日(木)		
1歳6か月児健康診査	2月6日(木)	※個別に案内しています	
3歳児健康診査	1月16日(木)		

●ここにこ運動教室 (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	14日(火)、28日(火)	4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	21	火	まちかど健康相談	コープみやざき 小林店	13:30～15:30
	23	木	まちの保健室	コープみやざき 小林店	
2	5	水	まちかど健康相談	プラッセだいわ 小林店	

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