

募集

公共職業訓練
「ITビジネス活用科」

求職者の早期就職を目指し、新たな職業に必要なパソコンなどに関する知識・技能の習得と資格を取得するための職業訓練を実施します。

◆訓練期間 1月8日(木曜)～4月7日(火曜)

◆定員 20人

◆場所 小林高等職業訓練校

◆受講料 無料

◆募集期限 12月3日(水曜)

◆申・問 小林高等職業訓練校

TEL 23・6800

・ハローワーク小林

TEL 23・2171

講座・催し

生涯学習講座

中央公民館学習講座

【リズム体操講座】

エアロビクス、有酸素運動で筋力アップしよう。

◆日時(全て火曜)

12月2日、12月23日
1月6日、1月20日
2月3日、2月17日
10時～11時30分

◆場所 中央公民館

◆参加費 500円

◆定員 20人

◆講師 末元 政弘さん

◆申込締切 11月18日(火曜)

【頭ほぐし講座】

自分でできる「血行促進法」を学びましょう。

◆日時

① 11月19日(水曜)

10時～11時30分

② 11月28日(金曜)

19時～20時30分

◆参加費 無料

◆定員

① 16人 ② 親子10組

◆講師 浜砂 美千代さん

◆申込締切 それぞれ2週間前まで

【脳トレピアノ®講座】

初心者でも、楽譜が読めなくても楽しく脳トレできます。

◆日時(全て土曜)

11月29日、12月13日

12月20日、1月10日

1月24日、2月7日

2月21日、2月28日

10時～11時30分

◆場所 中央公民館

◆参加費 500円

◆定員 10人

◆持参品 卓上キーボード

※レンタル可(300円/回)

◆講師 岩切 理香さん

◆申込締切 11月17日(月曜)

【カラーしめ縄作り講座】

自分で作った素敵なしめ縄でお正月を迎えましょう。

◆日時 12月6日(土曜)

13時30分～15時

◆場所 中央公民館

◆参加費 無料(材料費別途)

◆定員 20人

※小中高生も参加できます

◆講師 久保 かずみさん

◆申込締切 11月25日(火曜)

【みんなで一緒にクリスマスコンサート】

ピアノとフルートの音色に癒やされる、参加型コンサートを体験しませんか。

◆日時 12月16日(火曜)

10時～12時

◆場所 中央公民館

◆参加費 無料

◆定員 30人

◆講師 中山 千佳子さん
今屋 早紀子さん

◆申込締切 12月2日(火曜)

◆日時 12月9日(火曜)

10時～12時

◆場所 野尻町保健福祉センター

◆参加費 無料(材料費別途)

◆定員 20人

◆講師 岩倉 幸一さん

◆申込締切 11月25日(火曜)

◆日時 12月3日(水曜)

10時～11時30分

◆場所 野尻町保健福祉センター

◆参加費 無料(材料費別途)

◆定員 20人

◆講師 久保 かずみさん

◆申込締切 11月19日(水曜)

◆日時 12月3日(水曜)

10時～11時30分

◆場所 野尻町保健福祉センター

◆参加費 無料(材料費別途)

◆定員 20人

◆講師 久保 かずみさん

◆申込締切 11月19日(水曜)

◆日時 12月3日(水曜)

10時～11時30分

◆場所 野尻町保健福祉センター

◆参加費 無料(材料費別途)

◆定員 20人

◆講師 久保 かずみさん

◆申込締切 11月19日(水曜)

◆日時 12月3日(水曜)

10時～11時30分

◆場所 野尻町保健福祉センター

◆参加費 無料(材料費別途)

◆定員 20人

◆講師 久保 かずみさん

◆申込締切 11月19日(水曜)

◆日時 12月3日(水曜)

10時～11時30分

◆場所 野尻町保健福祉センター

◆参加費 無料(材料費別途)

◆定員 20人

◆講師 久保 かずみさん

◆申込締切 11月19日(水曜)

◆日時 12月3日(水曜)

10時～11時30分

◆場所 野尻町保健福祉センター

◆参加費 無料(材料費別途)

◆定員 20人

◆講師 久保 かずみさん

◆申込締切 11月19日(水曜)

◆日時 12月3日(水曜)

10時～11時30分

◆場所 野尻町保健福祉センター

◆参加費 無料(材料費別途)

◆定員 20人

◆講師 久保 かずみさん

◆申込締切 11月19日(水曜)

◆日時 12月3日(水曜)

10時～11時30分

◆場所 野尻町保健福祉センター

◆参加費 無料(材料費別途)

◆定員 20人

◆講師 久保 かずみさん

◆申込締切 11月19日(水曜)

◆日時 12月3日(水曜)

10時～11時30分

◆場所 野尻町保健福祉センター

◆参加費 無料(材料費別途)

◆定員 20人

MRT ラジオ (AM 936kHz) が 一部地域で休止されます

MRT ラジオでは、12月1日（月曜）から
一部 AM ラジオ局の運用を休止します。



◆AM 放送を休止する局 都城、小林、日南のラジオ局

◆放送休止の対象エリア 小林市、高原町、えびの市など

◆休止期間 12月1日～令和8年9月30日
※休止期間終了後廃止の可能性があります

これからも mrt ラジオを楽しむには？

①ワイド FM で楽しむ

雑音が少なくクリアな音
質！ MRT ラジオはワイ
ド FM で聴くことがで
きます。

FM 90.4

※居住地域によっては若干弱くなるかもしれませんが、
継続して AM936kHz で聴ける可能性があります

② radiko で楽しむ

スマホや PC などではラ
ジオが聴ける無料サービ
ス。過去1週間分の放送が
聴ける機能も便利です。

▼詳細はコチラ



●問＝MRT 放送技術部
(受付時間：平日 10 時～ 17 時)
Tel 0984-27-6836
Mail: fm90.4@mrt.jp

11月12日～25日は 「女性に対する暴力をなくす運動」期間



暴力は、性別やお互いの間柄に関わらず決して許されるもの
ではありません。特に、配偶者などからの暴力、セクシュ
アルハラスメント、ストーカー行為などは、女性の人権を著し
く侵害します。これは、男女共同参画社会をつくるうえで克
服すべき重要な課題です。また近年では、結婚していない若
い男女の間での暴力（デートDV）の拡大の懸念もあります。
女性が抱えるさまざまな悩みや不安に女性相談員が対応する
相談室を活用ください。相談は無料で秘密も守られます。

【県男女共同参画センター相談専用電話（月曜～土曜）】

Tel 0985-60-1822 9 時～ 17 時 ※土曜は 16 時 30 分まで

●問＝市民課 Tel 23-1141

「わけものの主張西諸大会」出場者募集



政治や社会について、日頃考えていることや感じて
いること、求めていることなど発表してみませんか。

◆日時 1月17日（土曜）9時30分～

◆場所 飯野地区コミュニティセンター（えびの市）

◆応募資格 平成8年4月2日～平成22年4月1日ま
でに生まれた人（高校1年生から29歳まで）

◆発表内容 有権者として、または未来の有権者として、
政治や選挙について考えていることや感じていること、
求めていることについての意見発表で、演題は自由です。

◆発表時間 5分程度（2,000字程度）

◆申込締切 12月12日（金曜）

※募集要項は市ホームページからダウンロードできます

●申・問＝選挙管理委員会事務局 Tel 23-1143

健康づくりの秋

近年、毎年暑い夏とな
っており、今年も猛暑と
なりました。10月以降も
夏日が続き、体調管理も
大変だったかと思えます。

一方で、台風や風水害
の被害を受けることもな
い穏やかな年となり、米
や果物なども豊作で実り
の秋を迎えられました。

そして、少しずつ朝夕
は秋を感じられるよう
になり、スポーツに最適
な季節となりました。市の
進める健康ポイント事業
も参加者数2千名に到達
する状況となっています。

歩くことでポイントが
たまり景品と交換もでき
ますし、グループや企業
対抗などで競いながら楽
しく健康づくりに取り組
んでいただき感謝申し上
げます。

私も1日平均8千歩と
300位以内を目標に頑

張っていますが、なか
な届かない状況です。皆
さんの頑張りに圧倒され
ております。

11月には市長との対抗
戦も企画されていますので、
とても楽しみにしており
ます。

小林市の秋はおいしい
地元農産物を消費し、み
んなで歩いて健康づくり
の秋にしましょう。

宮原市長のコラム

「信念を貫く」

Check!
☑ Volume.34

