

# KOBAYASHI 2

No.203

## 二十歳の門出、輝く笑顔



### CONTENTS

03 特集／生活路線から観光路線へ  
考えよう、吉都線の未来。

06 特集／エリア拡大認定  
霧島ジオパーク

08 特集／当事者、家族を孤立させないために  
ひきこもりについて考える

10 PhotoAlbum

### 令和5年二十歳を祝うっどい

二十歳を祝うっどい  
当日の様子を公開中！

右のQRコードを  
読み込むと動画を  
閲覧できます





## 小林市魅力発信プロジェクト「ハッシンコバヤシ!!」

市では、多くの人と一緒に地場の魅力発信の力を高めていく「ハッシンコバヤシ!!」プロジェクトを進めています。このコーナーでは、市役所からの情報だけでなく、高校生記者、市民の投稿などを通して、小林のヒト・モノ・コトの魅力をお届けします。

## 市政の動きトピックス

### 市民の安心・安全を守る

## 災害時の通信障害に迅速に対応 NTT 西日本宮崎支店と協定締結



12月14日、西日本電信電話株式会社宮崎支店くわはなりので（栗畑秀哉支店長）と、「災害時における相互連携に関する協定」を締結しました。災害時の大規模通信障害に備えて平時から連絡体制を確立して情報共有し、災害時には迅速・的確に通信障害復旧に取り組むことが目的。栗畑支店長は「通信インフラは皆さんの安心を支えるもの。市と手を取り合い、市民の皆さんの安心安全を守りたい」と話していました。

### 令和4年度「ふるさと納税」

## 寄付額が12月末で16億円突破 過去最高額を更新中！

昨年度は課題を洗い出し、効果的なプロモーションの実施や返礼品見直しで約14億円（前年度比200%）の寄付を獲得しました。今年度もその流れを継続し、さまざまな取り組みを展開。市内事業者の返礼品にこだわるなど市内の経済循環に努めるとともに、制度を活用して地域課題の解決を図るなど、寄付額以外の部分でも効果を生み出すことを意識した独自の取り組みを展開しています。



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。その中から数点を選び、「広報こばやし」に掲載します。市内で撮影したものであれば、景色、日常風景なんでもOK。みなさんが写真で切り取るっておきの小林をお待ちしています。投稿方法など詳しくは、市ホームページ（右QRコード）をご確認ください。



@ jiyongsoul さん



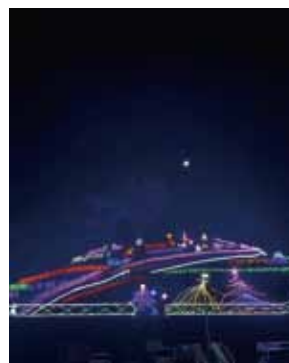
# 出の山公園 # ハートでジャンプ

@ ipa\_log さん



# 生駒高原 # キャンプ

@ nishimorokata さん



# ゆーぱるのじり # 道の駅



# 生活路線から観光路線へ 考えよう、 吉都線の未来。

ハッシンコバヤシ!! フォトコンテスト優秀賞  
「水鏡」(撮影者:むらしげさん)

より早くより遠くへと私たちを運ぶ路線として発達してきた吉都線。しかし、人口減少や自家用車の普及などにより、利用者は大きく減少。今、大きな転換期を迎えています。

今回の特集では、昨年12月14日に文化会館で開催された「吉都線110周年記念シンポジウム」の基調講演やパネルディスカッションをもとに、吉都線の未来を考えるヒントを探ります。

●問=企画政策課 TEL 23-0456

## 転換期を迎える吉都線

JR吉都線が、令和4年10月1日に吉松駅(鹿児島県湧水町)―小林駅開通110周年を迎えました。

小林駅の開業は大正元年。以来、鹿児島や熊本・福岡方面へ鉄道で向かう重要な路線として、私たちの生活を支えてきました。現在も、地域住民、特に通学生にとって重要な移動手段となっています。

しかし、吉都線利用者数は人口減少や自家用車の普

及などで年々減少。さらに、コロナ禍の影響もあり、厳しい状況が続いています。

## 生活路線から観光路線へ シンポジウムからヒントを探る

一方で、昨年10月から12月にかけて、豪華寝台列車「ななつ星in九州」が吉都線に初入線。たくさんの方がお出迎えするなど、明るい話題もありました。

吉都線は沿線住民の足としての役割だけでなく、観光資源としても大きな役割を持っています。

今後吉都線を守っていくためには、吉都線を生活路線はもとより観光路線としても充実させていく取り組みが重要です。

昨年12月14日に開催された「JR吉都線110周年記念シンポジウム」では、「吉都線は地域観光の架け橋になり得るか」というテーマで、基調講演とパネルディスカッションが行われました。

次のページでは、その概要を紹介します。



小林駅や西小林駅で豪華寝台列車「ななつ星in九州」を出迎える沿線住民や児童・生徒。ななつ星in九州は令和4年10月～12月にかけて吉都線内を運行。吉都線に初入線した10月20日には、約600人が小林駅横の中央ふれあい広場に集まり、小旗やバルーンなどを持って列車を歓迎しました。



全国で鉄道を「乗って残そう」という活動が行われてきたが、上手くいっていない。大事な地域が栄えること。そのため「いすみ鉄道を「地域を有名にする広告塔」にしようと考えた。廃車になるディーゼル車両を安く譲ってもらい走らせると、元国鉄の路線に元国鉄の車両が走るといって、都会からたくさんの方が写真を撮りに来た。都会の人は新しいものだけでなく、古いものにも価値を感じる。写真を撮りに来るだけでは運賃収入にならないが、地域に人が来ることは地域にとって必ずプラスになる。

今は、ガイドブックに載っていない場所を探す人が10人に1人はいる。良さが分かる一握りの人たちに来てもらえればいい。都会の人に「いいところですね」「いい景色ですね」と言われたら、地域の人の意識も変わってくる。都会の人の心をわしづかみにする写真が1枚あれば、田んぼの真ん中が季節を問わず観光地になる。日本のどの田舎にだってチャンスがある。伊勢海老や新鮮な刺身が食べられる伊勢海老列車やお刺身列車を走らせると「いつかは乗ってみたい」という声が出てくるようになった。列車が憧れの対象になった。山が綺麗に見える西諸の風景に吉都線が走る姿は絶対に絵になる。行ってみたいと思える地域になる。鉄道は地域の足というだけでなく、人を呼ぶツールになり、地域に人がくれば地域が潤う。これが今の時代に合った新しい鉄道の使い方ではないか。

西諸地域は焼酎やおいしいものがいっぱいある。そういう魅力があつて、「ななつ星 in 九州」がきた。沿線ですぐさんの人がお出迎えしたと聞いたがこれはすごいこと。地域と鉄道会社が一体になって生まれる相乗効果を使って吉都線を憧れの場所にすることができたら、面白いことになるとは思わないか。

ローカル鉄道は地域のシンボルになる。これを忘れず20年後30年後に人を呼ぶ鉄道、人を呼ぶ地域になっていただければ。

2022.12.14 文化会館

JR 吉都線 110 周年記念 吉都線シンポジウム

# 吉都線は 地域観光 の架け橋になり得るか

「ななつ星 in 九州」は、2013年9月に運行を開始した日本初の豪華寝台列車。「新たな人生にめぐり逢う、旅。」をコンセプトに、人と人の新しい出会いを感じる、めぐり逢いに溢れた旅を目指している。新しい商品づくりにあたり、豊かさについて考えてきた。贅沢とは煌びやかなものではなく心が満たされることで、心が動くような体験が記憶に刻まれていくということではないか。

昨年10月から新たなコースをスタートするにあたり「100年をこえる物語をつなぐ。」という新しいテーマを設定し、コースをつくるために九州各地に何度も足を運んだ。たくさんの人たちと会話を交わし、いろいろな想いや歴史、語り継がれてきた伝統などの話を伺うことができた。

九州は本当に素晴らしいものに溢れていて、素晴らしい人たちがたくさんいる。手間暇を惜しまず、これをしっかりと未来に残していきたいという想いで、1年近く時間をかけてコースを作った。

新しいコースを作るにあたっては、小林市でも素晴らしい食材やすばらしい人たちとの出会いがあった。この地域の人たちと一緒に旅を、素晴らしい旅を作ることができると感じた。ななつ星 in 九州のお客さまを沿線に案内できるのは、地域の力があってこそ。これは皆さんに自信を持っていただきたい。

何よりも私が一番驚いているのは、自治体を越えたつながりがこの場所にはあるということ。それがひとつの大きな力になっていくのも間違いない。旅をするときに、人はなにかしら願いや想いを持っている。その想いを叶える、人の心を動かす。それが、ななつ星 in 九州で叶えたい旅のスタイル。

誰かの日常は誰かの非日常。皆さんが暮らしているこの普通の日常も特別なものだと思いついて大切にしてください。西諸地域の驚きや感動、自信と誇りを一緒に輝かせていきたい。





フリー鉄道アナウンサー

たしろ こう  
田代 剛氏



えちごトキめき鉄道

とりづか あきら  
鳥塚 亮 代表取締役社長



JR 吉都線利用促進協議会  
理事

みやばら よしひこ  
宮原 義久 市長



吉都線に観光列車を  
呼ぼう！小林実行委員会

よしむら ひであき  
吉村 秀昭 会長

田代剛氏 (ファシリテーター) …鉄道好きが高じ、フリー鉄道アナウンサーとしてJR九州や各自治体と連携して鉄道の利用促進に取り組む。JR 吉都線応援大使。…  
鳥塚亮氏 (パネリスト) プロフィールは4ページ上部に記載。宮原市長 (パネリスト) …平成6年設立のJR 吉都線利用促進協議会は、沿線地域の魅力を広く発信し、吉都線の利用促進・発展を目指して活動している。吉村会長 (パネリスト) …吉都線に観光列車を呼ぼう！小林実行委員会の前身である吉都線100周年記念事業小林市実行委員会から会長を務める。「子育て応援列車」や地元高校生と連携した「高校生発案おもてなし列車」を企画するなど、利用促進に向けて精力的に活動中。

吉村会長 「ななつ星in九州入線はスタート。これからも吉都線の価値を磨いていく。」

赤字だからローカル線は不要ということはない。吉都線を守るため、生活路線から観光路線に転換する旗振り役を今後も続けていきたい。

肥薩線や日豊本線とつながっている強味を活かし魅力を掘り起こせば、環霧島で新しい価値が生まれる。霧島ジオパークを絡めて環霧島を巡るツアーをしてもいい。車両を国鉄カラーに変えるというアイデアもある。今回のななつ星in九州おもてなしの経験を活かせば、お客さまに満足してもらえるのでは。

100周年からの10年、吉都線はいつ止まってもおかしくない状況だった。ななつ星in九州のおかげで吉都線は延命できたが、ここからがスタート。「輝く未来きつとある」これをずっと思ってた10年間活動してきた。これからは吉都線の価値を磨き、次の世代に引き継いでいきたい。

宮原市長 「住民と自治体が当事者意識を持ち、事業者と連携して未来を開く。」

吉都線のおかげでななつ星in九州という感動を体験で

き、鉄道の良さ、ありがたさを再認識できたのでは。

事業者任せではなく、沿線住民・自治体が当事者意識を持つことが重要。吉都線サポーター制度を活用して事業を展開し、地域の人や都市部の人にワクワクしてもらえ、企画を提案していきたい。

昨年、吉都線とウオーキングを組み合わせた「ひと駅ウオーク」を行った。普段車で走る場所を列車やウオーキングで通ることで改めて地域のよさが分かる良い企画だった。沿線地域の魅力と鉄道を上手く組み合わせることが重要。今後は、日南線・肥薩線との連携や沿線自治体とも連携を深めていきたい。

日常の吉都線活用について、アイデアを活かすことが大事。沿線自治体と一緒に新しいアイデアを出し、事業者とうまく連携を図ることで、地域の未来を開いていきたい。

鳥塚社長 「観光路線としてゼロベースの吉都線。あとは積み上げていくだけ。」

自分たちの地域の得意分野と都会の人が求めることが交わった部分が観光コンテンツになる。今は、吉都線に観光

路線というイメージはほとんどない。だからこそ可能性がある。

まずは、列車本数や時間が観光に合うか。例えば休日この時間に列車を走らせてほしいと具体的なお願いをしてみる。それに特別なヘッドマークをつければ、それを見に来る人、乗る人が増えるかもしれない。

山に雪が降る、田んぼに水が入る、稲が実るといった風景が、鉄道とあわさると観光につながる。一年をとおして人が来るといふ仕組みづくりも、鉄道ならばできる。

遠くから人を呼ぶばかりが観光ではない。鉄道とお酒は相性がいい。地元の人が地元の食材・お酒を味わいながら地元の列車

に乗るのもひとつの観光。そういう使い方の提案をしていくことも大事。

この地域で1日過ごして夕暮れを見て、朝を迎えてみたいという人が絶対いる。そういう人たちをどうやってお客さんにするか。鉄道は意外と簡単にそれができる。

### 考えよう、吉都線の未来。

シンポジウムでは、吉都線の未来を考えるうえで重要なヒントが数多くありました。

今年の10月8日で吉都線は全線開通110周年を迎えます。地域のシンボルでもある吉都線を守るのは私たち自身です。今こそ考えよう、吉都線の未来。

### 「ななつ星 in九州」が再び吉都線へ！



豪華寝台列車「ななつ星 in九州」が、3月～8月の期間に再び吉都線に乗り入れます。

一緒にお出迎えませんか。沿線で見かけた際もぜひ手を振ってお見送りしましょう。

#### 運行スケジュール

3月16日、3月23日、4月20日、4月27日、5月18日、5月25日、6月15日、7月20日、7月27日、8月10日、8月24日

※西小林駅は13時20分頃、小林駅は13時28分頃に通過予定

※スケジュールは変更になる場合があります

# 霧島ジオパーク エリア拡大認定



令和4年9月28日、エ

ア拡大した霧島ジオパーク

が日本ジオパーク委員会に

認定されました。これまで

は、霧島山を中心としてJ

R日豊本線、吉都線、肥薩

線で囲まれたエリアでした

が、今回の認定で構成市町

である霧島市、曾於市、湧

水町（鹿児島県）、都城市、

小林市、えびの市、高原町

（宮崎県）全域がエリアと

なりました。（下図参照）

小林市でも、これまで霧

島ジオパークの魅力を発信

どの貴重な地域資源が加わ

りました。

今回の認定は、地域住民

の日頃の活動や現地審査へ

の協力があつたからこそ実

現しました。霧島ジオパー

ク推進連絡協議会では、こ

れからも民間の事業者や地

域住民とともに、「火山活

動に合わせた持続可能なま

ちづくり」を推進していき

ます。

霧島ジオパーク推進連絡

協議会ホームページには、

見どころを楽しく効率的に

## ジオパークとは

「ジオ（Geo）」は地球や

大地、「パーク（Park）」

は公園という意味で、世界的

に美しく、科学的に見て貴重

な地形や地質に触れ、学ぶこ

とのできるひとつのまとまっ

た地域のことです。

その目的は、貴重な地形

や、そこに住む人の働きかけ

によって生まれた考古・歴史

遺跡のような文化景観、さら

には地形・地質の上に生まれ

た生態系や植生などといった

「地域の宝もの」を守り、か

つ多くの人に知ってもらう。

訪れてもらうことです。



【図】従来のエリアと拡大後のエリアの比較

# 霧島ジオパークの魅力

## 魅力その1 火山の博物館

霧島山は加久藤カルデラの南縁の20km × 10kmの楕円形の範囲に20を超える火山と火口湖が集まっています。火山や火口湖の形態も多様で、まさに火山の博物館と言えます。



## 魅力その2 植生

霧島山の火山活動などが影響し多種多様な植物が生育しており、ここでしか見られないノカイドウや1300種類を超えるといわれる多くの植物を見ることができます。



## 魅力その3 歴史・神話

「古事記」や「日本書紀」など日本神話などにも取り上げられている霧島山。「高千穂峰」に降り立ったとされる「ニニギノミコト」などを祀った神社が山を取り囲むようにあり、国の無形文化財に指定された「神楽」や「神舞」が残されています。



# 市内の主なサイト (見どころ)

## 自然



出の山湧水  
多様な生き物が生息する豊かな自然環境が特徴。ゲンジボタルの生息地があり、環境省の「ふるさといきもの里」にも選定されています。火山がもたらす豊かで清らかな水を体感できるスポットです。

## ビュー スポット



大塚原公園  
道の駅ゆりばるのじりに隣接し、頂上には遊具もある、親子で楽しめるスポット。展望台からは360度見渡すことができ、霧島山や九州山地など、ジオパークならではの風景を楽しむことができます。

## 地形 地質



須木の滝  
(ままたん) すきむらんどの大吊橋から眺めることができる滝。加久藤火砕流堆積物を本庄川(綾南川)が侵食してできたもので、小野湖の湖面に轟音とともに水しぶきをあげて落下する滝の姿は絶景です。

小林は自然が豊かなまち。畜産業、農業、果樹園など、豊かな自然を生かし生活する人たちが多くいます。この環境は、当たり前のもではありません。

夷守岳の山体崩壊や、小林カルデラの噴火によるシラス台地の影響など、付近に火山があったからこそ豊かな湧水や土壌といった、生活につながる恵みが存在しています。

この土地で生活している人たち、特にこれから先は若い人たちにこうした「自分たちの持っている宝」の存在について気付いて欲しいです。

ジオパークとは何なのか、そこで生活する私たちは地球の恵みによって生かされているんだということを知らうため、今後も霧島ジオパークの魅力について伝える活動を続けていきます。



霧島ネイチャーガイドクラブ  
ふるそのとしお  
会長 古園俊男さん

INTERVIEW  
火山の恵みに気付いて

# ひきこもりについて考える

## 当事者、家族を孤立させないために

約20年前から社会問題となっているひきこもり。ひきこもりに悩む人は全国で115万人以上いると推計されており、大きな社会問題として取り上げられますが、その実態は見えにくいものです。家族や周囲の人たちにはどういった支援ができるのでしょうか。

今回は、ひきこもり支援の最前線で活動する社会福祉協議会相談支援係の2人にひきこもりの現状と支援のあり方について話を聞きました。

### ひきこもり

自宅にひきこもって学校や仕事に行かずに、家族以外との親密な対人関係がない状態が6ヵ月以上続いている状態

ひきこもりは誰でもなり得る身近な問題

「ひきこもりは誰でもなりうること」。小林市社会福祉協議会の大學さんと森高さんはそう話します。

不登校、就活、心の不調など。ひきこもる要因やきっかけは人それぞれで、現代では誰しもがその生きづらさからひきこもり状態となる可能性があります。

ひきこもりと聞くと、自分の部屋にひきこもっている人という印象を抱きがちですが、中には1人でコンビニなどに出かけられるが、家族以外の他人と交流、社会活動がないという人もいます。そのため、実際に悩む人の数や実態を把握することは難しいと言われています。

「真面目で繊細な人や、他者を優先してしまう優しい人ほど悩みを一人で抱え続け、追いつめられてしまう。ひきこもりは決してさぼりや怠慢、甘えなどではないということを知って欲しい」。そう話す2人。

寄り添った支援が大切

ひきこもりは社会と関わる精神的な元気がなくなっている状態。多様なケースがあり、解決までに時間がかかることが多いそう。

継続的支援が必要なひきこもり支援は、ひきこもりに悩む本人、そして家族の話をしっかりと聞き、一緒に悩み考えること。寄り添い続けることが大切です。

「私たちはひきこもりに悩む人を無理やり外に連れ出そうとは考えていません。本人が精神的な元気を取り戻す中で、何か「したい」と思った際に全力で手助けをする。そういった支援を心がけています」。

多くの相談を受けてきた2人は、ひきこもり問題を家族だけで解決することは難しいため、それぞれの立場からできる支援をお願いしたいと話します。

——親・家族ができること  
家族にはいつでも本人の味方であって欲しいと思

ます。「家族にとつてあなたは大切なんだよ」という正直な気持ちを伝え、焦らず見守って欲しいです。

そして悩みを1人で抱え込まないこと。市内では毎月ひきこもりに悩む人の居場所と家族会が開催されています。決して自分を責めず、気軽に相談してください。

——地域社会ができること

ひきこもりからの回復は小さな一歩の積み重ねです。当事者が一歩踏み出そうとした際にそれを受け入れる地域であって欲しいです。ひきこもりに悩む人の新しい生き方を後押しする制度などが整備されると嬉しいですね。

小林市社会福祉協議会 相談支援係  
だいがくきょうこ 大学京子さん  
もりたかなおこ 森高尚子さん





# 市内にはさまざまな相談窓口があります！

ひきこもりの子どもを持つ  
家族の会

宮崎県くす楠の会 小林支部

ひきこもりの人とその家族をサポートする宮崎県楠の会小林支部では、本人やその家族が情報を交換し合える居場所や家族会、講演会などを開催しています。

親や家族はなんとかしてあげたいという気持ちで押しつぶされそうになるものです。悩みを抱えている人たちと情報共有ができる場をつくらうと、一昨年に家族会準備会、今年度から家族会は楠の会小林支部となり、居場所を新たに立ち上げました。

当事者同士が安心して集まれる居場所、家族の悩みを分かち合う家族会は毎月開催しています。ぜひ気軽に参加してみてください。



ひきこもりの子どもや兄弟姉妹のいる家族の方へ

## 定例家族会

毎月第3日曜日に開催



誰もせめない。話に耳をかたむける。外ではいわない。このルールの下で安心して話をして、ふっと肩の力を抜きませんか。

### ◆次回開催日

2月19日(日曜) 13時30分～15時30分

◆場所 社会福祉センター別館1階 第1会議室

### 利用者の声

実際に子どもがひきこもり状態になった時はパニックでした。どうにかしなければという思いが強くなり、空回りしていたかもしれない。様々な相談窓口で電話をかけ宮崎県楠の会について知りました。昨年从小林でも開催されることになり、参加し始めました。同じ経験をしてきた人に話を聞くことや、1人で抱えていた悩みを吐き出すことで気持ちが楽になっています。(Cさん)

不登校・ひきこもりなど生きづらさを感じている人へ

## 居場所まる灯

毎月第3日曜日に開催



家族以外とのつながりが少ない方などのための家以外の安心安全な居場所です。ゆるやかにつながり、一緒に新しい人生を始めませんか。

◆次回開催日(遅れての参加、途中での退席ご自由どうぞ)

2月19日(日曜) 13時30分～16時

◆場所 社会福祉センター別館2階和室

### 利用者の声

社会福祉協議会の方に案内され参加しました。同じ悩みを持つ人が身近にいて、追いつめられるような気が紛れました。(Aさん)

社会福祉協議会の自立支援をお願いした際に、担当の方から誘われ参加しました。色々な人と出会えたこと、自分の話をしたり、聞いてもらって楽になりました。人を頼ることが大切だと気付けて良かったです。(Bさん)

## 各種案内

### 誰もが孤立しない地域づくり講演会

◆日時 3月14日(火曜) 13時30分～16時

◆場所/対象 文化会館大ホール/誰でも参加できます

◆内容/講師 ①ひきこもりの現状と支援/宮崎大学教授 境 泉洋 氏 ②誰もが孤立しない地域づくり～ひきこもり・8050 問題への対応と支援/ KHJ 全国ひきこもり家族会連合会 理事 ジャーナリスト 池上正樹 氏

●申・問 小林市生活自立相談支援センター(下記連絡先)

### ひきこもりサポーター養成講座

ひきこもりで悩む本人や家族を孤立させることのないよう、ひきこもりについて一緒に理解を深めませんか。

◆日時 3月4日(土曜) 9時30分～15時30分

◆場所 社会福祉センター本館 地域交流スペース

◆対象 ひきこもり支援に関心がある方など誰でも

◆参加費 無料

●申・問 小林市社会福祉協議会相談支援係(下記連絡先)

## ひきこもりに関する相談窓口

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、下記の窓口にご相談してください(いずれも相談無料です)

## 県

### ■県ひきこもり地域支援センター

◆電話 0985-27-8133  
◆住所 宮崎市霧島1丁目1-2  
◆受付時間 8時30分～17時(平日のみ)

気軽に相談できる  
LINE 相談窓口もあります！



### ■小林市生活自立相談支援センター

◆電話 23-0338  
◆住所 小林市細野367番地1(社会福祉センター本館)  
◆受付(平日のみ) 9時～16時

### ■小林市社会福祉協議会相談支援係

◆電話 23-3466  
◆住所 小林市細野367番地1(社会福祉センター本館)  
◆受付(平日) 8時30分～17時

LINE 相談窓口  
気軽にご相談を！



### ■小林保健所健康づくり課

◆電話 23-3118  
◆住所 小林市堤3020-13  
◆受付(平日のみ) 8時30分～17時15分

## 市内



二十歳を祝うつどい実行委員の皆さん



二十歳の誓い



お祝いの言葉

紙屋小5年 西郷真優さん<sup>さいごうまゆ</sup>  
紙屋小5年 石川ひかりさん<sup>いしかわ</sup>

小林市 YouTube 公式チャンネル  
インターネットで動画配信中!

スマートフォンの  
カメラで、右のQR  
コードを読み取ると  
成人式の動画を閲覧  
できます。



## 令和5年 Photo Album

# 二十歳を祝うつどい

【対象者】

平成 14 年 4 月 2 日～平成 15 年 4 月 1 日までに生まれた人

感謝を胸に門出祝う  
二十歳を祝うつどい

1月5日、市内の二十歳を迎える453人を対象に二十歳を祝うつどいが文化会館で開催され、309人が出席。会場は久しぶりに再会した友人たちと写真を撮ったり、近況や思い出話に花を咲かせる人などであふれ、たくさんの笑顔が見られました。

式典の二十歳の誓いで、小林市二十歳を祝うつどい実行委員を務める西田光成さんと鳥丸愛夏さんが登壇。鳥丸さんは、「これまで支え、愛情を注いでくれた家族のおかげでここまで成長できました。今日のつどいは人生の節目であり、新たなスタートです。日々努力を積み重ね、人生の荒波も乗り越えていきます」と誓いました。

また、今年は親から子へのメッセージ、恩師からのビデオメッセージの上映なども行われました。



小林中卒業生の皆さん



東方中卒業生の皆さん



細野中卒業生の皆さん



三松中卒業生の皆さん



野尻中卒業生の皆さん



西小林中卒業生の皆さん



永久津中卒業生の皆さん



須木中卒業生の皆さん



紙屋中卒業生の皆さん

ながのせな  
長野世奈さん  
二十歳を祝うつどい実行委員



これから先、仕事などを  
していく上でうまくかない  
事が増えていくと思いま  
す。その時、今回久しぶり  
に会えた友達との思い出を  
糧に乗り越えていきたいで  
す。また、今まで支えてく  
れた家族や周りの人、地元  
を大切にしながら素敵な人  
になりたいです。

無事20歳を迎えること  
ができたのは、今まで育  
ててくれた両親、切磋琢磨  
し合ってきた友人など、多  
くの人たちに支えられてき  
たからだと思います。その  
ことに感謝の気持ちを忘れ  
ず、支えてくれた人たちに  
立派な姿を見せられるよ  
う、日々精進していきます。

とみおかれんま  
富岡錬磨さん  
二十歳を祝うつどい実行委員長





岡原さんは「訪問先では家族の話や日常の困りごとなど何気ない会話をする。とても喜ばれるので介護相談員にやりがいを感じています」と話しました

## 介護相談員のおかばら 岡原リツ子さん 永年活動功労者表彰を受彰

介護相談員として10年目となる岡原リツ子さんが永年活動功労者表彰を受彰し、12月20日に伝達式が行われました。介護相談員は、介護サービスの質向上を目的に介護サービス提供事業所を訪問し、利用者や家族の相談に応じることで、利用者とサービス提供事業者の橋渡し役を担うもので、市では現在6人の介護相談員を委嘱しています。

## かねまついさお 金松勲さん地域への長年の貢献が 認められ総務大臣表彰を受賞

12月20日、「地縁による団体功労者総務大臣表彰」を受賞した金松勲さんへの表彰伝達式が市役所で行われました。金松さんは、須木地区の麓区長を16年務めたほか、地域的な共同活動を通じて良好な地域社会の維持や形成に長年貢献し、その功績が顕著であったことが認められ、今回の受賞につながりました。



金松さんは区長を務めてきた16年を「まさか自分がこれほど長くするとは思わなかった」「様々な勉強をさせてもらった」と振り返りました

## 小林女子・三松男子ハンドスポ少 九州大会出場を市長に報告

12月19日、小林ハンドボースポーツ少年団(女子)と三松ハンドボースポーツ少年団(男子)が12月24日～25日に沖縄県で開催される第43回九州小学生親善ハンドボール大会に出場することを市長に報告しました。両チームは11月3日、23日に開催された県の予選会ひばりのゆまで九州大会への出場権を獲得。小林ハンドスポ少主将の鷗野由菜さん(小林小6年)は「県の代表として勝てるよ



うに頑張りたい」、三松ハンドスポ少主将の的場圭吾さん(三松小6年)は「チーム一丸となりまずは1勝できるように頑張りたい」とそれぞれ大会への意気込みを話しました。



市役所で行われた寄贈式に参加した入佐組合長は、「カーブミラーと横断旗を交通事故防止に役立ててほしい」と話していました

## 地域貢献活動の一環として JA しばやしがカーブミラーなど寄贈

12月20日、しばやし農業協同組合(入佐美昭代表理事組合長)が市にカーブミラーと横断旗を寄贈しました。令和4年度の地域貢献活動の一環として、交通事故防止を目的に寄贈したもので、カーブミラーは要望のあった箇所に随時設置され、横断旗は市内小中学校や保育園・幼稚園などに配布されるなど、市民の安全確保に役立てられます。

## 体育・文化振興のため市内3校へ寄付

12月15日、小林市区長会が体育・文化振興のために市内3つの高校（小林高校、小林秀峰高校、小林西高校）へ寄付を行いました。橋ノ口孝一はしのくちこういち区長会長は「寄付は区・組加入世帯からのもの。子どもたちの育成のために活用してほしい」と話していました。



## (株)マルミヤストアがレジ袋収益金を寄付

12月21日、食品スーパーを経営する株式会社マルミヤストアが市に10万円の寄付を行いました。寄付金は、小林店で得られたレジ袋の収益金をもとにしたもので、同社からの寄付は昨年に引き続き2回目。寄付金は同社の意向で市の環境行政に活用されます。



## 市内小学生が街頭募金活動などを実施

12月26日、市内小学生14人と高校生ボランティア2人が市役所玄関前などで街頭募金活動を実施しました。これは小林市社会福祉協議会が主催したボランティア体験事業の中で行われたもので、児童らは活動終了後、高齢者へ宛てた年賀状の作成なども行いました。



## 交通事故のない安全なまちを願って

1月6日、紙屋地区石瀬戸の交通安全地藏前で、交通安全祈願祭が行われました。昨年は市内でも死亡事故が複数回発生しています。悲惨な交通事故が1件でもなくなるよう、交通ルールを守りゆとりと思いやりの心をもって安全運転を心がけましょう。



## 小林市からは21年ぶり

## 神之原さん夫妻新嘗祭に米・粟を献納

11月23日に皇居で営まれた新嘗祭に、宮崎県を代表して神之原幸作さん・ミヨ子さん夫妻（南西方）が精米と精粟を献納しました。市内の農家が新嘗祭に献納するのは、平成13年以来21年ぶりのこと。12月21日には、小野正寛おのまさひろ宮崎県西諸県農林振興局長が神之原さんの自宅を訪れ、献納を証明する伝達書を手渡しました。



伝達書を受け取った神之原さんは「感無量。米作りは毎年が勉強なので、これを励みによりおいしい米をつくりたい」と喜びを話していました



クリアファイルを担当した河野さんは「デザインが難しかったが工夫するのが楽しかった。小林の魅力を変えて知ることができた」と話していました

## 細野中2年生が小林PRグッズ製作 修学旅行先でPR活動を実施

12月26日、細野中2年の上野海桜さん、河野みずきさん、小牧芹風さん（写真⑥から順）が中屋敷教育長を訪問し、小林市をPRするパンフレットやクリアファイル、うちわなどを製作したことを報告しました。生徒は約2カ月かけてPRグッズを製作。12月5日には修学旅行で長崎駅を訪れ、駅利用者にグッズを手渡して小林をPRしました。



講演会は小林高校、小林秀峰高校、小林西高校の高校生 17 人からなる実行委員会が企画・運営。当日の司会進行や受付、駐車場整理なども行いました

## 平昌五輪金メダリスト小平奈緒さん 「人とつながる」をテーマに講演

1月14日、元スピードスケート選手で、2018年の平昌五輪金メダリストの小平奈緒さんの講演会がありました。小平さんは競技生活を振り返りながら、オランダ留学や韓国の李相花選手とのエピソードなどを交えて「人とつながる」をテーマに講演。「小さなつながりが大きなつながりになり、人生を豊かにしてくれる」と話しました。

## 手先を動かし脳の運動！ アフリカの楽器カリンバを楽しむ

1月11日、須木総合ふるさとセンターの研修室で、須木生涯学習講座「脳活！カリンバ講座」が開催されました。参加者は、講師の泉山壽美さんにカリンバの基本的な弾き方の指導を受けたあと、「かえるの合唱」などの童謡を演奏しました。参加した伊藤ミツ子さんは「オルゴールのような優しい音色が癒やされる」と話していました。



カリンバは、木の箱や板に付いた金属棒を親指で弾いて演奏するアフリカの民族楽器。講師の指導を受け、参加者は各々柔らかな音色を奏でていました

## 郷土の誇りを胸に健脚を競う 第13回宮崎県市町村対抗駅伝競走大会

1月9日、第13回市町村対抗駅伝競走大会が宮崎市で開催されました。選手らは序盤からトップ争いを繰り広げ、12区間中4区間で区間賞を獲得。記録も2時間5分25秒と昨年から1分も短縮する素晴らしい走りを見せ3位と健闘しました。2区で区間賞を獲得した春田珠空さん（三松中3年）は「先頭で走る難しさもあったが、ペース配分に注意して走った。いつもより足が進み、昨年3秒差で逃した区間賞を区間新記録という形で獲得できてうれしい」と喜びを話しました。

### ◆出場選手（★＝区間賞）

1区 田中 優哉（★区間新）／2区 春田 珠空（★区間新）  
／3区 福田 幸誠／4区 河島 椿／5区 堀之内 邦洋  
／6区 鶴 優希（★）／7区 入来 稔彰／8区 池間 凜斗  
（★区間新）／9区 上甕 飛鳥／10区 園田 亮介  
／11区 橋谷 咲斗／12区 陳内 紫音

### Photo 1 1区の田中さん(🏆)と2区の春田さん(🏆)

### 2 6区の鶴さん(🏆)と7区の入来さん(🏆)

### 3 10区の園田さん(🏆) 4 12区の陳内さん

### 5 小林市選手団集合写真



### 募集

会計年度任用職員(地籍調査推進員) 募集

- ◆ 募集人員 12人程度
- ◆ 報酬 時給950円
- ◆ 業務内容 地籍調査の一筆地調査立会いにおける軽作業(杭打ち) ※境界杭や木槌を持って立会場所まで歩くため、ある程度の体力が必要です。傾斜が急な場所もあります
- ◆ 勤務日 平日週2日程度、年間約20〜30日勤務 ※令和4年度実績は、最多の職員で年間25日勤務
- ◆ 勤務時間 8時30分〜17時15分のうち7時間程度勤務
- ◆ 勤務場所 北西方地区・真方地区 ※集合場所は勤務(立会)場所近辺の目安となる場所に設定します
- ◆ 通勤手当(費用弁償) 距離・通勤回数に応じて支給されます。 ※距離によっては支給されな

い場合があります

- ◆ 社会保険・労災保険など 社会保険、雇用保険、厚生年金には加入しません。労働災害補償保険か市の公務災害補償制度のいずれかが適用されます。
- ◆ 必要な資格など 自動車運転免許を所有し、集合場所に自力で来ることができる人
- ◆ 申込方法 税務課地籍調査グループ(市役所本館2階)に受験申込書を提出ください。 ※申込書は地籍調査グループ窓口で交付します。来庁が難しい場合はご連絡ください。また、市ホームページからも入手できます
- ◆ 申込期間 2月20日(月曜)〜3月20日(月曜) ※郵送の場合、3月20日までの消印有効
- ◆ 試験内容・日程・会場・合格発表 試験内容 書類選考
- ◆ 試験内容 書類選考 ※地籍調査推進員業務未経験者は面接を行います
- ◆ 日程 3月下旬
- ◆ 会場 面接の場合は個別に案内

合格発表

- 受験者全員に通知します。
- ◆ 申・問 税務課地籍調査グループ 〒886・8501 小林市細野300番地 Tel 23・7035
- ◆ 求職者支援訓練 「仕事に役立つパソコン基礎科」受講生募集 求職中の方が職業に必須な知識・技能を習得し、早期就職を促進する訓練です。
- ◆ 訓練期間(4カ月) 3月28日(火曜)〜7月27日(木曜)
- ◆ 場所 小林高等職業訓練校
- ◆ 募集締切 3月6日(月曜)
- ◆ 定員 15人
- ◆ 参加費 テキスト代6495円(税込) ※資格取得(任意受験)の費用は自己負担
- ◆ その他 訓練内容・申込方法などの詳細は、下記まで問い合わせください。
- ◆ 申・ハローワーク小林 Tel 23・2171

### 教えてください。あなたの「こころの風景」

NHK「にっぽん縦断 ころ旅」2023春の旅で、俳優の火野正平さんが宮崎県を旅します。皆さんの思い出の場所やその場所につわるエピソードを募集中。あなたの心に残っている小林市を紹介しませんか。

**募集内容** 大切な人との出会いの場所、こころに刻まれた音や香りの情景、ずっと残したいふるさとの景色など

**応募方法** 住所、氏名、電話番号、性別、年齢、思い出の場所・風景、場所につわるエピソードを明記し、ハガキ・封書、ファックス、番組投稿フォームから応募。

**応募先** 〒150-8001NHK「ころ旅」係 FAX 03-3465-1327、投稿フォーム

**応募締切** 2月27日(月曜) 必着



▲投稿フォーム



- ◆ 問 ・小林高等職業訓練校 Tel 23・6800
- ◆ 短期講座パソコン教室(有料) 受講生募集
- パソコン未経験者・初心者の方、初めから学びたい方、専門講師の丁寧指導で楽しく学べます。
- ◆ 場所 小林高等職業訓練校
- ◆ 募集締切 3月2日(木曜)
- ◆ 受講料(テキスト代込み)

- 各1万3千円(税込み)
- ◆ 定員 10人程度
- ※5人未満の場合は開講できません。
- ◆ 日時(全5回) 3月7日(火曜)〜3月17日(金曜) 9時30分〜12時
- ◆ その他 訓練内容・申込方法などの詳細は、下記まで問い合わせください。
- ◆ 申・問 ・小林高等職業訓練校 Tel 23・6800

案内

「宮崎県ふるさと就職説明会」参加者募集

人材を求める県内企業と県内就職希望者の出会いの機会として、オンライン形式の就職説明会を開催します。2月に企業約100社が自社の魅力を発信する企業説明会、3月に企業約20社の担当者との座談会が予定されています。

開催日時

企業説明会

2月11日(土曜)、12日(日曜)、18日(土曜)、19日(日曜) 25日(土曜)、26日(日曜) 10時～17時45分

座談会

3月4日(土曜)、5日(日曜) 午前の部10時～12時30分 午後の部13時～15時30分

対象者

県内での就職を希望する人

参加企業など

県内に事業所などがあり、県内で就労する人材を募集する企業

企業説明会

県内企業約100社及び行政関係機関

座談会

説明会参加企業のうち約20社 ※参加企業などは専用サイト 「宮崎県ふるさと就職説明会ONLINE LIVE」に掲載



▲宮崎県ふるさと就職説明会専用サイト

申込方法

専用サイトの申込フォームから事前に申し込みください

参加料 無料

問

・運営事務局(リクルーティン グ・パートナーズ株式会社) TEL092・400・3140

令和5・6年度 小規模工事等契約 希望者の登録受付

市が行う小規模の工事、修繕などの受注を希望する業者は資格者名簿への登録が必要です。名簿に記載していないと受注などができない場合がありますので、必ず申請書を提出ください。

受付開始日

3月1日(水曜)

有効年度

令和5・6年度(令和5年4月1日～令和7年3月31日)

申請方法

市ホームページから申請書を取得して、郵送するか直接持参ください。

※申請書は財政課契約管理グループでも配布しています

申請書提出先

財政課契約管理グループ(上下水道課2階)

申・問

財政課

TEL23・8124

小林市議会議員選挙 立候補届出説明会を開催します

令和5年4月23日に執行される小林市議会議員選挙の立候補届出説明会を開催します。

日時

3月3日(金曜) 14時開始

場所

中央公民館 大集会室

問=選挙管理委員会事務局 TEL23-1143



野球日本代表侍ジャパン 宮崎キャンプ2023 駐車場のご案内

問=国内外代表合宿受入実行委員会事務局 (県スポーツランド推進室) TEL0985-26-7108

本キャンプや壮行試合へのMLB球団所属選手の参加は未定です。会場周辺は大変な混雑が予想されます。余裕を持ってご来場ください。

- ☑ キャンプ期間中(壮行試合を含む)、ひなた宮崎県総合運動公園の駐車場は、一部のみキャンプ観覧用として利用できます。キャンプ観覧以外の一般利用者は利用できません。(許可のある場合を除く。)
- ☑ 宮崎市内に臨時駐車場を用意しています。臨時駐車場～総合運動公園間は、シャトルバスを運行します。
- ☑ 総合運動公園の駐車場を利用する場合は、事前に駐車整理券(有料、土日祝は駐車料金を含む。)、臨時駐車場を利用する場合は、事前に駐車整理券(有料)とバス乗車券(有料)が必要です。
- ☑ ひなたサンマリンスタジアム宮崎への入場には、別途整理券(無料)か観戦チケット(有料)が必要です。

2月17日(金曜)▶2月27日(月曜)

※20日・24日は休養日  
※25日・26日は福岡ソフトバンクホークスとの壮行試合

ひなたサンマリンスタジアム宮崎

キャンプ会場・臨時駐車場地図



最新情報 ※必ず確認ください



侍ジャパン公式



ひなたサンマリンスタジアム宮崎 観光情報「旬ナビ」



## その他

### 「広報こぼやし」の有料広告を募集します

市では、自主財源確保のため「広報こぼやし」に掲載する有料広告を募集します。

#### ◆掲載する号・枠数

毎月掲載／裏表紙に8枠

#### ◆広告掲載料

1枠(天地62<sup>ミ</sup>×左右88<sup>ミ</sup>)

#### ◆申込方法

次のを、直接または郵

送で地方創生課に提出ください。

・小林市広報紙広告申込書  
・広告の原稿

※申込書は市ホームページからダウンロードできます

※原稿作成にかかる費用は申込者の負担になります

#### ◆申込期限

2月28日(火曜)

#### ◆その他

広告は指定された号に掲載しますが、申込多数の場合は抽選で掲載号を決定します。

#### ●申・問・地方創生課

TEL 23・1148

〒886・8501

小林市細野300番地

### ⚠ 還付金詐欺にご用心!

「お金が戻ってくるので、携帯電話を持ってATMに行って」は詐欺です!

西諸管内で「保険料や医療費の還付金がある」と役所の「健康保険課」や「介護福祉課」を名乗って電話をかけてくる、うそ電話詐欺(還付金詐欺)とみられる不審な電話が急増しています。

還付金などの受け取りのために、市役所職員がATMの操作をお願いすることはありません!

「手続きは今日中」などとせかされても、慌てないことが大切! 周囲に相談するなど、冷静に対処しましょう。

少しでもおかしいと思ったら  
消費者ホットライン ☎188

## 新型コロナワクチン接種のお知らせ

●問=新型コロナウイルスワクチン接種推進室 TEL 24-5007

現在実施中のオミクロン株対応ワクチン接種は、1・2回目接種が終了した12歳以上の人が対象で、1人1回のみ接種です。市内医療機関で10月3日以降に接種した人はオミクロン株対応ワクチンとなっており、この時期に3・4回目を接種した人には新たな接種券は発行されません。

新型コロナワクチン接種事業は3月31日までの予定です。ワクチンの効果と副反応を踏まえたうえで、早めの接種をご検討ください。なお、ワクチン接種事業は、国の方針により内容が変更になる場合があります。

### コールセンター予約(9時~18時、土日祝日含む)

12歳以上接種用 ☎ 0120-30-0759

乳幼児・小児(生後6か月~11歳) ☎ 0120-27-2210

### インターネット予約(24時間対応)

市ホームページ(右QRコード)から予約できます。ただし、接種年齢や回数などによっては予約できない場合があります。



### 市職員による予約サポート

インターネット環境がない人やコールセンターが繋がりにくい場合などを対象に、市職員が予約受付のサポートを行います。必ず接種券をお持ちください。

受付時間 平日9時~17時

#### 受付場所

小林市保健センター(中央保育所となり)、須木庁舎、野尻庁舎

### 人のうごき(小林市の人口)

人口	42,485人	(-44、-493)
男	19,821人	(-21、-236)
女	22,664人	(-23、-257)
	19,185世帯	(-14、+77)

令和5年1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)を元に、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。

※令和2年10月1日に公表された「令和2年国勢調査速報値」を反映

### 火災・救急発生状況

種別	12月	累計	昨年
建物	0	10	-4
林野	0	3	-2
車両	0	2	+1
その他	1	9	-3
救急	246	2217	+290

### 交通事故発生状況

種別	12月	累計	昨年
人身	18	137	-33
物損	84	884	126
死者	0	4	+3
負傷者	20	150	-45
全国死者	2,610		(昨年同月比 -20)

## 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	2月	3月
水流迫、東方1・2	1	1
真方1・2・3	2	2
南西2・3、通り町	3	3
南西1の西、南西4本町、新生町	6	6
南西1の東、種子田	7	7
北西1・3、緑町	8	8
北西2、坂元	10	10
西町1・2・3 南島田	9	9
仲町、永田町、後川内	13	13
細野2・3、南真方	14	14
細野1、南真方西	15	15
南真方東 上町・上町西	16	24
上町中区	—	28
上町東・上町北	24	28
西堤、南堤	28	29
北堤	28	30
野尻地区 (第3日曜)	19	19
須木地区 (第4日曜)	26	26

今月のこれは何ごみ？



「クリーニングのポリ袋の出し方」  
(答えは左のページ)

## すこやかカレンダー 健康推進課 TEL 23-0323

### ● 育児・親子健康日程

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
赤ちゃん健康診査	2月16日(木)		
1歳6か月児健康診査	3月2日(木)	※個別に案内しています	
3歳児健康診査	3月9日(木)		
歯っぴ〜教室(要予約)	2月21日(火)	受付 13:00~13:30	
キッズフロア	3月1日(水)	受付 9:30~11:00	
もぐもぐクッキング (要予約)	2月15日(水)	受付 13:45~14:00 開催 14:00~15:00	

### ● にこにこ運動教室(13:30~15:30)

問：社会福祉協議会野尻支所 TEL 44-1206

場所	2月	3月
野尻町保健福祉センター	14日(火)、21日(火)、28日(火)	7日(火)

●健康相談 ※「まちの保健室」は感染症の状況により中止になる場合あり  
 「健診結果が気になる」「食事のことが知りたい」「どんな運動をすればいいか」など、健康について気になることを気軽に相談ください。

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)
—	—	—	まちの保健室	※感染症拡大のためしばらく中止します	
2	22	水	まちかど健康相談	市役所本館1階 多目的スペース	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
	12	日	花田耳鼻咽喉科	24-5100
	19	日	池井病院	23-4151
2	23	木	整形外科押領司病院	22-3131
			ひろた内科クリニック	25-0550
	26	日	西小林診療所	27-1034
			沖内科小児科医院	22-4043
3	5	日	宮崎医院	22-2841

※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

●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	2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	2月16日(木)	市役所本館1階 相談室	10:00～14:40	予約:都城年金事務所

※年金移動相談は、感染症予防のため休止になる場合があります。事前に都城年金事務所 (Tel 0986-23-2571) に確認ください

## その他のイベント

### ◆二原遺跡公園公開日

2月19日(日)  
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 2月7日(火)  
受付締切日 2月13日(月)

### 税・保険料の納付期限

※納期限は2月28日(火曜)です

介護保険料 8期

国民健康保険税 8期

後期高齢者医療保険料 8期

### これは何ごみ? 答え

#### 『燃やさないごみ』

※令和3年度改訂ごみ分別「虎の巻」34ページをご参照ください

●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
14	火	人権・行政・なやみごと	市役所東館1階相談室	10:00～15:00
21	火	人権・なやみごと	市役所東館1階相談室	
28	火	人権・なやみごと	市役所東館1階相談室	
2	木	人権・行政・なやみごと	野尻町保健福祉センター	
7	火	人権・行政・なやみごと	須木総合ふるさとセンター	
3				

## ひとりで悩まずお話しください

### ◆こころの電話相談

毎週月曜 20:00～22:00

●問: NPO 法人こばやしハートム

☎ 27-1850

### ◆宮崎いのちの電話 (年中無休)

日・月・水・金 21:00～(翌朝)4:00

火・木・土 18:00～(翌朝)4:00

●問: NPO 法人宮崎いのちの電話

☎ 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

▼アルコール家族教室 (アルコールで悩む本人・家族)

☎ 毎月第2火曜 時 13時30分～15時30分

▼ひきこもり・こころの健康相談

☎ 毎月第4火曜 時 13時30分～15時30分

▼わかちあいの会 (自死遺族のつどい)

☎ 毎月第4木曜 時 13時～15時

小林こすもす家族会

精神疾患で悩まれている家族

の「思い」を共有する集い

☎ 毎月第2水曜

時 13時30分～15時30分

場 市民活動支援センター

問 Tel 080-6423-5858

1日 350gの  
野菜摂取で

## ベジ活！

健康のために、必要な野菜の量は1日 350g。しかし、宮崎県民の野菜摂取量は平均 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



A



B



マルシェ  
Marche

📍 小林市細野 533-4 ☎ 27-3009

🕒 配達受付 8時～9時 30分  
店頭営業 12時～13時 30分

📅 休 土・日・祝日定休

※市では「ベジ活弁当」に協力いただける事業者を募集しています。健康推進課までお気軽にお問い合わせください。

## ベジ活弁当で Let's ベジ活！

皆さんはAとBのどちらのお弁当がお好みですか？

同じハンバーグがメインのお弁当ですが、実はAのお弁当には30gしか野菜が入っていません。1日 350g以上の野菜をとるには1食 120gが必要です。

気をつけたいのが、ポテトサラダのじゃが芋は野菜に入らないということ。サラダに入っているマカロニやスパゲティなども同じです。

一方でBのお弁当には120gの野菜が入っています。野菜が入ることで、摂取カロリーを抑えることができ、ビタミン類や食物繊維といっ

た栄養素を摂取できます。

また、よく噛むことで食べ過ぎを防ぎ、満腹感を得ることもできます。お弁当に野菜が少ない時は、野菜サラダや海藻サラダ、おひたしなどをプラスしてもいいですね。

写真は、市内の Marche さんが作られたものです。「ベジ活弁当」と注文すると、野菜が100g以上のBのようなお弁当を食べることができます。

できるだけ地元産の食材を使用し、お米は小林市産ヒノヒカリです。ご夫婦で一つひとつ丁寧にならされていて、心のこもったおいしいお弁当です。ぜひ食べてみてください。

## 健幸のまちづくり拠点施設整備 つうしん

vol.2

問＝建設課 Tel 23-0311

### 小林総合運動公園内に市民体育館を移転します！



#### ▲新しい市民体育館のイメージ

現市民体育館（中央公民館横）の位置に建設する場合、大規模避難所を兼ねる市民体育館が数年間使用できなくなる課題や、駐車場が狭く大会やイベント時に渋滞が発生する恐れがあるなどの課題が考えられます。小林総合運動公園内に建設することで、これらの課題の解消が見込めます。

―なぜ新しい市民体育館を総合運動公園内に整備するの？

小林総合運動公園（南西方十三塚）には、さまざまなスポーツ競技や健康づくり・余暇活動ができる環境が既に整っています。

そこに健康づくり機能（保健センター）や子育て支援機能（子育て支援センターなど）を備え、災害時には大規模避難所として使用できる複合型の体育館を整備することで、総合的な環境整備や複数施設の老朽化への対応など、市が抱える課題を解決することにつながります。

また、小林ICから近く、スポーツ合宿や大規模大会の誘致、災害時の自衛隊や緊急援助隊派遣要請の際に県内外からのアクセスも向上することから、この場所が選ばれました。

やっばい

## 元気がよか！

### 自立支援型介護予防

### 興味関心からの楽しみの引き出し方

#### 趣味やスポーツが認知症予防に

皆さんは100歳になった自分を想像したことがありますか。「体が動くうちは仕事や趣味をがんばりたい!」と、活動的な生活を送る高齢者が多くみられます。

しかし、歳を重ねると「病気や怪我で寝たきりにならないか」など、不安が出てくると思います。その中でも認知症が心配な人は多いのではないのでしょうか。

高齢者になってからでも認知症予防に役立つとされているのが趣味やスポーツです。新しく始めることもいいですが、昔やっていた趣味やスポーツを再開してみると再び楽しさを感じ、生き甲斐になることもあるようです。

#### 自分の興味・関心を知りましょう

何に興味・関心があるか分からない人におすすめなのが、興味・関心を具体的に知れる「興味・関心チェックシート」です。下記に一部を抜粋しましたので、チェックしてみてください。

興味・関心は、体の健康、脳や心の健康につながります。地域と

の交流にもつながり、ハリのある生活になります。趣味などの集いの場もありますので、お探しの方は下記までご相談ください。

■野尻地区（内山地区を含む）  
のじり地域包括支援センター  
Tel 44-2271

■小林地区  
小林市社会福祉協議会  
Tel 23-3466

生活行為	している	してみたい	興味がある
歌を歌う(カラオケ)			
散歩			
読書			
旅行			
将棋・囲碁・ゲーム			
野球・相撲観戦			

※「興味・関心チェックシート」はインターネットで検索できます

問 長寿介護課 Tel 23-1140

福祉情報をお届けします

## 社協タイムズ

### 成年後見センターこばやし

### 毎日の暮らしの「判断」をお手伝いします

成年後見センターこばやしでは、「書類が送られてきたけど難しく分からない」、「銀行の通帳や印鑑をどこに置いたか分からない」など、認知症や知的・精神障がいなどでご自身で判断が難しいという人を対象に、毎日の暮らしを支援するための事業を行っています。

#### 日常生活自立支援事業 (あんしんサポート)

**対象** 在宅で日常生活を営むのに支障がある人

**支援** 福祉サービス利用に関する相談・助言・手続き・支払いなどの援助を行います。

**Q** 自宅で一人暮らし。少し認知症があり、お金の管理がうまくできなくなった。

**A** ご本人と契約し、お金の管理や福祉サービスの手続きの援助します。

#### 成年後見制度

**対象** 判断能力が不十分だが家族による支援が難しく、不動産や預貯金などの財産の管理、身の回りのお世話のためのサービスなどに関する契約などを行うことが難しい人

**支援** 成年後見人等が就任して、本人に代わって管理や契約など暮らしに必要な手続きを行います。

**Q** 自宅で一人暮らし。認知症が進み、郵便が来ても分からないから開封せず、サービスを利用したくても理解できず契約が進まない。

**A** ご本人の判断能力を確認したうえで成年後見制度の手続きをお手伝いします。小林市社会福祉協議会が成年後見人等に就任することもできます。

ご家族やご親族、近隣の方などで気になる方がおられましたら、ぜひご相談ください。事業の利用だけでなく、関係する機関と連携しながら、暮らしに関する相談を解決できるよう支援を行います。

問 小林市社会福祉協議会 成年後見センターこばやし Tel 23-5172



～一般書～



『風の値段』  
著者：堂場 瞬一  
発行：小学館

～一般書～



『中高生の悩みが軽くなる  
ヒント集めました。』  
著者：葉一  
発行：河出書房新社

## 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  
2月1日～2月10日(須木・野尻は11日まで)は特別整理  
により休館

## ひなまつり お楽しみ会

季節のおはなし、エプロンシアター、ひな人形の折り紙工作などで和の行事を楽しみましょう！

◆日時

2月26日(日曜) 13時30分～15時

◆場所 市立図書館本館2階大会議室

◆定員 40人

◆参加費 無料

※必ず事前に図書館カウンターか電話で申込みください(2月1日～2月10日は図書館特別整理期間のため申込受付を中止します)

※感染症の状況により

中止する場合があります



## 出の山淡水魚水族館が幻想的な空間に！

出の山淡水魚水族館では、昨年12月10日～1月31日の14時から閉館まで、館内の照明をイルミネーション仕様に切り替え、「night」な気分水族館を開催しました。

水槽の照明もブルーに統一し、普段見られないような魚の展示と幻想的な空間を体感して頂ける企画となりました。期間中は多くの方に来館いただき、光と魚のコラボレーションを楽しんでいただきました。

また、継続して開催中の「スノードーム作り体験」は、オブジェやビーズなどを瓶に詰めてキラキラと雪が舞う様がとても綺麗で、お子様を中心に大人気の体験イベントです。

「アクアリウム体験」第2弾として、ウーパールーパーのアクアリウム体験も開催予定です。お好きなウーパールーパーを1匹選んで、自分だけのオリジナルな水槽作りを体験してもらい、お持ち帰り頂きます。

世界に1つだけの特別なアクアリウムと一緒に作ってみませんか？

### 小林まちづくり株式会社

〒886-0008 小林市本町16  
8時30分～17時30分

(土日祝日除く)

TEL 27-3280

Fax 27-3257



# こすもんにき diary

画：友安よーいち

第102話「バレンタインデー」



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

何年も会えぬ同級生年賀状変らぬ文字で傘寿となる (武ナミ子)

地雷を撒く人の心のおぞましさ憎しみなるか恐怖なるか (佐枝記子)

今年こそ目標掲げ散歩 (長友正臣)

寒風を切り前へ前へと吉都線 (東脇哲郎)

小つちやいねと孫に抱かれる嬉しさよ脇の下から笑顔見上げる (永友チエ)

木枯らしに押され娘の街に行く (小林合歓の会 尾辻和子)

立冬や手びねりカップのミルクティ (小林合歓の会 大坪由美子)

早朝の枯木に咲いた寒雀 (小林合歓の会 小村明子)

郷は雪今住む里は朝日射す (小林合歓の会 本田澄子)

大根の切口にある君の微笑 (小林合歓の会 藤林伸岳)

遠来の客を見送りそぞろ寒 (小林合歓の会 永田タエ子)

## SUKU SUKU

すくすく募集中!

必要事項をメールで送信いただくか、Google フォームから入力してください。

- ◆必要事項
- ・子どもの名前、ふりがな、生年月日、性別
  - ・掲載する写真
  - ・保護者の名前
  - ・コメント (50文字以内)



別府 朔琥くん  
令和2年12月8日生

朔琥の笑顔は最高?! 瑚依ねえねと仲良く遊んで、たくさん食べて元気に大きく育ててね!  
保護者：別府航汰、菜津樹



← Google フォーム QR コード  
※フォームからの申し込みは Google アカウントが必要です

【申・問】・地方創生課  
mail info@city.kobayashi.lg.jp

### <編集後記>

二十歳を祝うつどいを取材しました。旧友たちと楽しそうに話したり写真撮影をする姿を見て、そのはつらつとした元気に圧倒されながらもやる気もらえました (榎田)

吉都線シンポジウムを取材しました。祖母と一緒に買い物に行くために乗ったり、通学した思い出がある吉都線。まずは乗って、魅力を再発見してみたいと思います。(前原)



日本神話の郷 **霧島岑神社**

2月3日(14:30～) 節分祭  
2月11日(10:30～) 紀元祭

小林市細野(夷守) 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

九州55インディアカールコ ●営業時間：朝8時～夜7時

**(有)やすかた豊ふすま店**

小林店 〒886-0007 小林市真方384-10  
TEL (FAX兼用) **0984-22-4566**

都城三股店 〒889-1914 三股町蓼池字前ノ村4178  
TEL (FAX兼用) **0986-36-8620**

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)

MIYAUCHI **(有)宮内葬儀社**

**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

倉菌牧場直営店  
beef kurazono

変わらぬおいしき、更なるおいしき・・・  
ハレの日はビーフックくらぞので。  
※ご予算に応じて8,000円～ご予約賜ります。

TEL 0984-24-1515  
E-mail [info@beef-kurazono.com](mailto:info@beef-kurazono.com)

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  
携 帯: 080-3375-9750  
FAX: 0986-77-9092  
<https://kaitorimiyazaki.jimdo.com>

Avanti

**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

☎ **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

**SOGO GRAPHICS**

- 印刷
- 販促品
- レーザー加工
- オリジナルグッズ製作
- 動画作成
- 3Dプリント
- ワークショップ
- ドローン撮影

宮崎営業所

〒886-0004 宮崎県小林市細野389-1 第1池田ビル  
www.sogographics.com info@sogographics.com

TEL **0984-27-3437** FAX **0984-27-3438**

霧島連山の豊かな風土が育む深い味わい。  
六白黒豚「からいもどん」

**桑水流畜産** TEL0984-22-8686  
定休日(日曜日)

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。