

募集

小林市総合文化祭 作品の出品者

小林市総合文化祭の出品者を募集します。今年も2会場で開催します。小林・須木地区在住の人は小林会場へ、野尻地区在住の人は野尻会場へ申し込みください。

- ◆ 小林会場
- ◆ 開催日 11月3日(木曜)～6日(日曜)
- ◆ 会場 市民体育館、中央公民館
- ◆ 募集内容 絵画、書道、写真、彫刻、陶芸、木工、手芸、竹細工、パッチワーク、生け花、盆栽、短歌、俳句など
- ◆ 作品搬入 11月2日(水曜) 13時～19時
- ◆ 作品搬出 11月6日(日曜) 16時～18時
- ◆ 申込締切 11月7日(月曜) 9時～12時
- ◆ 申込締切 10月17日(月曜)
- ◆ 短歌・俳句は9月30日(金)

- ◆ 申込用紙配布場所
 - ・ 社会教育課(中央公民館)
 - ・ 教育部須木分室(小林市須木総合ふるさとセンター)
- ◆ 申請先
 - ・ 社会教育課
 - TEL 22・7912
 - ・ 教育部須木分室
 - TEL 48・2266
- ◆ 野尻会場
 - ◆ 開催日 11月5日(土曜)～6日(日曜)
 - ◆ 会場 野尻町農村環境改善センター
 - ◆ 募集内容 絵画、彫刻、写真、書道、手芸、陶芸、盆栽、生け花など
 - ◆ 作品搬入 11月4日(金曜) 13時～18時
 - ◆ 作品搬出 11月6日(日曜) 15時～17時
 - ◆ 申込締切 11月7日(月曜) 9時～12時
 - ◆ 申込締切 10月17日(月曜)
 - ◆ 申請先
 - ・ 教育部野尻分室
 - TEL 44・1100

大淀川左岸 土地改良区職員

大淀川左岸土地改良区事務局に勤務し、一般事務と国営かんがい排水事業などで造成された農業水利施設の維持管理に従事する職員を募集します。

- ◆ 日程
 - ◆ 1次試験 11月13日(日曜) 9時～
 - ◆ 2次試験 12月ごろ
- ◆ 場所 大淀川左岸土地改良区
- ◆ 受験資格 平成元年4月2日～平成11

年4月1日までに生まれた人

- ・ 採用後に、宮崎市、小林市、綾町に居住し、勤務地まで1時間以内に通動できる人
- ◆ 定員 1人
- ◆ 申込方法 野尻庁舎地域整備課にある申込用紙に必要事項を記入し、大淀川左岸土地改良区事務局に提出ください。なお、申込用紙は、郵送でも請求できます。詳しくは問い合わせください。
- ◆ 申請先
 - ・ 大淀川左岸土地改良区事務局
 - TEL 0985・82・5422

講座・催し

防災学習講座

防災に関する基本的事項や自助と共助についてなど防災に関する学習会を開催します。参加費無料でどなたでもどの回でも参加できます。この機会に防災について学んでみませんか?

- ◆ 日程
 - 9月29日(木曜)、10月27日(木曜)、11月24日(木曜)、12月22日(木曜)、平成29年1月26日(木曜)、2月22日(水曜)

～一般書籍～



『陸王』
著者：池井戸 潤
発行：集英社

小林市立図書館 今月の おすすめ 図書



『みてるよ! 父ちゃん!!』
作者：くすのき しげのり
画家：小泉 るみ子
発行：文溪堂

～一般書籍～



『アウシュヴィツの図書係』
著者：アントニオ・G・イトゥルベ
訳者：小原 京子
発行：集英社



運動会の晴れ姿を
見せたいと思うキミに、
ぜひ!

市立図書館
ヤマシタ リョウスケ
山下 亮介さん

時間外急病診療電話案内

TEL 23-8212

平日夜間 19時から22時まで
日曜・祝日 9時から12時まで
(日曜・祝日は、原則小児科)

※医療機関を案内するもので、病気に関する相談を受けることはできません。

小児救急医療電話相談

TEL # 8000

365日 19時から翌8時まで
ダイヤル回線からは

TEL 0985-35-8855

※明らかに緊急を要する急病の場合は、119番をご利用ください。

第32回福祉バザー

ボランティア団体や福祉団体などによる福祉バザーを開

・市社会福祉協議会
TEL 23・3466

- ◆ 時間 19時～20時30分
- ◆ 場所 八幡原市民総合センター会議室
- ◆ 対象 防災に関心のある人
- ◆ 費用 無料
- ◆ 申込方法 電話で申し込みください。
- ◆ 申請先
 - ・ 宮崎県防災士ネットワーク 西諸支部
 - TEL 090・3199・3888

催します。贈答品、食器、工芸品、野菜などたくさん品物を用意しています。なお、バザーの益金は、ボランティアなどの活動資金に活用されます。

- ◆ 日時 10月15日(土曜) 10時開会
- ◆ 場所 市民体育館
- ◆ その他 市社会福祉協議会ではバザー物品の募集も行います。ご家庭に贈答品など(古着は除く)ありましたら、連絡ください。

天空の羅針盤
イベントと天文情報

9月29日、日の出前約50分の東天

今年(2016年)は15日(木)が中秋の名月になります。19時～20時30分まで名月に因んだお話や観望会を開催します。22日は秋分の日。これから次第に夜が長くなります。24日(土)19時30分～21時は「星のソムリエ記念日・星空観望会」があります。星のソムリエによる生演奏や星のおしゃべり、さらに観望会で盛り上がってください。また、この日から14時～15時に昼間の星の観望会が始まります。10月23日までです。月末の29日を挟む10日間ほどは、日の出前の空で水星が見られるチャンスです【星図をご参照ください】。【お知らせ】文中以外の今月の観望会は毎週土・日の夜20時～、21時～。休館日は5(月)～8(木)【プラネタリウム番組入替え】と毎週火曜。

Information おしらせ

感想や叱咤激励、疑問・質問などお寄せください。

Grid for writing feedback or questions.

やっばい元気がよか！

このコーナーでは、介護予防につながる、簡単な運動を紹介します！

●問=長寿介護課 Tel 23-1140

尿失禁予防のための筋力体操

今回は尿失禁予防に効果のある2つの筋力体操を紹介します。

膝合わせ=両膝を合わせ、膝頭に力を入れるようにして内ももの筋肉をしめます。
片膝上げ・しめ(右左)=足を肩幅に開き、片足を上げ内側にしめるように寄せ、3秒くらい止めてから下ろす。

※腹筋や太ももの内側、腰の筋肉などを意識しましょう。

【文/写真】長寿介護課 田中美幸さん

<膝合わせ> <片膝上げ・しめ>



保健・福祉

家族介護者の集い (認知症家族の会)

小林市地域包括支援センターでは、毎月第2土曜日に「家族介護者の集い」を開催しています。10月は次の内容で開催します。介護に関する質問や悩みのある人、今までこの集いに来たことのない家族も一緒にお話してみませんか。また、介護を卒業した人の話で悩みが解決したり、心身のストレス緩和と活力につ

- ◆日時 10月8日(土曜) 10時~12時
- ◆場所 市社会福祉協議会 1階会議室
- ◆内容 相談・懇談会
- ◆講師 内村病院認知症サポート医 戸高一成先生
- ◆参加費 無料
- ◆申し込みは不要
- 問 小林市地域包括支援センター Tel 25-0707

オレンジカフェ

毎月第4水曜に、認知症サポーターリーダー(小林地区)主催の「オレンジカフェ」を開催しています。認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせることや心身のストレス緩和と活力につながることを目的です。お茶を飲みながら会話や交流ができ、気楽に集える場です。

- ◆日時 9月28日(水曜) 10時~12時
- ◆場所 慈敬園(地域交流スペース)
- ◆対象者 認知症の人やその家族、一般市民など
- ◆参加費 100円
- ◆申し込みは不要です
- 問 小林市地域包括支援センター Tel 25-0707

介護職員初任者研修

市社会福祉協議会では、地域社会に貢献できる介護職員を養成するため初任者研修を開催します。介護の専門的な知識と技術を習得したい人はぜひご参加ください。

- ◆研修期間(全24回) 10月3日(月曜)
- ◆対象者 小林市在住 1万5000円
- ◆募集 20人程度
- ◆申込方法 社会福祉協議会に直接申し込みください。
- ◆申込締切 9月23日(金曜)
- 問 小林市社会福祉協議会 Tel 23-3466

体力測定をしませんか？

国民の体力・運動能力の現状を明らかにするとともに、改善するための方法の資料として活用します。

- ◆小林会場
 - ◆日時 9月12日(月曜)・9月26日(月曜) 18時~20時
 - ◆場所 市民体育館
- ◆野尻会場
 - ◆日時 9月13日(火曜) 18時~20時
 - ◆場所 野尻町農村環境改善センター
 - ◆対象 成年：20歳~64歳の男女 高齢者：65歳以上の男女
 - ◆その他 運動できる服装(ジャージ・体育館シューズ・タオルなど)
 - 問・スポーツ振興課 Tel 22-7911

文化の足跡

『松元の上の田の神』 ~あなたの里の田の神さあ Vol.4~

ユーマと躍動感あふれる田の神
堤の松元の上地区にある田の神は、この地区の田んぼに水を供給する水路沿いで民家の横に鎮座しています。荘厳な神官型とは違い、頭にはシキと呼ばれるわら製の編み物を被り、右手にはシャモジ、左手には四角の杵を持っている農民型です。さらには両足を出し、少し斜に構えた格好していることでいまにも動き出しそうな躍動感あふれる特徴のある田の神さあです。じつと田んぼを見守るのが性に合わず、すぐにも手伝いにいきたいと思われるかもしれせんね。
あなたの里の田の神さあは、どんなお顔をしていますか？



短期講座パソコン教室(有料)受講生

小林高等職業訓練校でパソコン基礎を学びませんか。ワードを丁寧に指導しますので、初心者や基礎から見直したい人など、ぜひ申し込みください。

- ◆日程(全6回) 10月4日(火曜)~20日(木曜) ※いずれも期間中の火曜、木曜のみ開講
- ◆講座時間 9時30分~11時30分まで
- ◆内容 ワード基礎講座
- ◆講習料 1万2000円
- ◆申し込み 9月28日(水曜) ※テキスト代込み
- ◆定員 10人
- ◆その他 ※5人未満の場合は開講できませんのであらかじめご了承ください
- ◆その他 詳しくは、小林高等職業訓練校へ問い合わせください。
- 問 小林高等職業訓練校 Tel 23-6800

青少年ホーム講座 筆ペン講座

今年の年賀状は筆文字で書いてみませんか。
今年度の年賀状は筆文字で書いてみませんか。

- ◆日程(毎週木曜全10回) 10月6日(木曜)~12月15日(木曜)
- ◆時間 19時30分~21時
- ◆場所 中央公民館
- ◆負担金 1500円
- ◆教材費は、別途必要です
- ◆定員 10人

猫は正しく飼いましょう

最近、猫に関する苦情が多く寄せられています。猫を飼うには、周りに迷惑や危害を及ぼさない飼主の心くばりと、ルールを守ることが大切です。

- ①室内飼育をしましょう。環境を整えれば、猫は屋内だけで心身ともに健康に過ごすことができます。室内外の出入りを自由に行っているとフン・尿などの悪臭、鳴き声、花壇を荒らすなど、ご近所へ迷惑をかけることがあります。
- ②むやみにノラ猫に餌を与えると、その場所が繁殖の場となりさらに猫が増えます。猫が増えると縄張り争いや交通事故、病気などにかかるリスクも増え、結果的に不幸な猫が増えてしまう原因にもなります。餌をあげなければ、猫はその場所から離れます。特に置き餌は衛生的にも良くないので絶対にやめましょう。
- ③猫の殺傷はもちろん、子猫を捨てる行為、必要な食事や餌を与えないといった行為は動物愛護法第44条により禁止され、罰金刑が課せられます。飼主には大きな責任があることを自覚しましょう。

●問 健康推進課 Tel 23-0323
小林保健所 衛生環境課 Tel 23-3118

- ◆申込締切 9月23日(金曜)
- ◆申込方法 電話で申し込みください。
- ◆受付時間 月曜~金曜 9時~17時
- ◆対象者 市内在住または市内に勤務している人で概ね40歳までの人
- ◆その他 対象者以外の人も受け付けますが、申込多数の場合は対象者を優先とし、後は抽選を行います。結果と詳細は後日通知します。
- 申・問 小林中央公民館 Tel 22-3482

サークル紹介

小林ランニングクラブ

南九州駅伝を目標に日々練習をしています。楽しく健康になるために一緒に走りませんか。20代、30代の若い人たちも大歓迎です!

◆日時 毎週水曜 18時～19時

◆場所 市営陸上競技場

●問
おおやま かずひこ
・監督 大山 和彦さん
Tel 080 - 2726 - 3092



みんなで一緒に楽しく走りましょう!

小林ランニングクラブの皆さん

JR吉都線 利用促進協議会 活動団体補助金
JR吉都線の利用促進につながる事業を行う活動団体に対し、補助金を交付する制度を設けています。
◆対象団体 JR吉都線の利用促進と、沿線地域の魅力を広く情報発信し、併せて沿線自治体の交流人口の拡大による地域産業の振興や活性化のために活動する団体
◆対象事業 ・沿線地域の連携、魅力の情

報発信に関する事業
・沿線地域の活性化に関する事業
・沿線及び駅周辺の景観向上に関する事業
・その他JR吉都線利用促進協議会が認める事業
◆補助額 最大20万円
※複数団体からの申請があった場合は、調整を行います
◆募集期間 随時
※予算がなくなり次第終了とします
◆申込方法 所定の補助金交付申請書に必要事項を記入のうえ、次の資料を添えて、事業実施前に本庁企画政策課まで持参くだ



さい。
・事業計画書
・収支予算書
◆申請書の配布先 企画政策課
※補助金交付申請書については、市ホームページでも取得できます。
●問
・企画政策課
Tel 23・0456

障害者ふれあい合同面接会

就職を希望している障がいのある人を対象に、小林・都城地区の約25社の企業が参加する合同面接会が開催されます。
◆日程 10月7日(金曜) 13時30分～16時 受付・13時
◆場所 ホテル中山荘(都城市松元町3・20)
◆対象 就職を希望している障がいのある人

案内

知っていますか? 守っていますか? 屋外広告物条例

宮崎県は、郷土の美しい自

然や街並みを守るため、「宮崎県屋外広告物条例」を定めています。
「屋外広告物」とは、はり紙や店舗の看板、道路沿いの広告板など、建物の外に表示・設置されている広告物のことをいいます。
店舗の看板など屋外広告物を出すときは、原則として許可が必要です。
美しい風景を守るために、屋外広告物の表示や設置がでない場所(地域)がありますのでご注意ください。
皆様のご理解とご協力をお願いいたします。
●問

地域おこし協力隊通信

これからも、いろいろなことを教えてください。よろしくお願いします。



まつせ けんじ 松瀬 健治 隊員



小林市役所本庁舎2階、私の席の場所は変わりませんが、協力隊着任当時に配属された「市民協働課」はなくなり、現在は「地方創生課」で活動をしています。言葉の意味って何処にあるんでしょうかね? 「市民協働」の意味を自分なりに考えて臨んだ3年間、地域の方々にとっても良くしていただいたおかげで、多くの経験が積み、人生の糧をいただきました。ただ、私にそのお返しができるかと言えば、まだまだマダです。協力隊としての任期は終わりますが、自分自身で感じる「やり残したこと」に、今後も取り組んで行きたいと考えています。

1等前後賞合わせ5億円 オータムジャンボ宝くじ

この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。お求めの人は、宮崎県内の宝くじ売り場へお越しください。

- ◆主な賞金・本数
・1等：3億円(14本)
・前後賞：1億円(28本)
※発売総額420億。14ユニットの場合
◆価格 1枚300円
◆発売期間 9月26日(月曜)～10月14日(金曜)

若者就職支援 出張相談(無料)

15歳から39歳の就職を目指す若者(学生を除く)を対象に、就職に向けての悩みや不安に関する個別相談を行います。一人一人にあった継続的なプログラム支援で就労に結び付けます。
◆日時 毎月第4月曜 13時～17時

◆場所

ハローワーク小林

◆費用 無料

◆定員 4人

※電話による事前の予約が必要です

●申・問

みやざき県南若者サポートステーション
Tel 0986・36・6510

