

講座・催し

文化財巡りバスツアー

歴史・文化にふれる文化財巡りバスツアー(市ガイドボランティア協会主催)を開催します。今回は、「霧島連山湧水と用水の故郷を巡る」というテーマで史跡巡りを行います。

- 日時 8月23日(水曜) 8時50分~16時 ※集合時間は8時40分。
見学場所 出の山湧水と用水、宝光院

文化の足跡

『ふるさとの昭和展』を開催します!

堤地区にある八幡原市民総合センター(旧商業高校跡地)内にある文化財展示室で8月19日(土)から企画展『写真で見るふるさとの昭和展』を開催します。



天皇陛下の生前退位が決まり、平成30年12月31日をもって「平成」が終わりを迎えます。「平成」そして「昭和」とはどんな時代であったのか、当市が所蔵する小林市の当時の写真を展示し、ふるさと目線で昔を懐かしみ、新たな発見を見いだしていただくことを目的とした展示会です。

●問=社会教育課 Tel 22-7912

- 用水路、鬼目薬師堂など ※細野地区、南西方地区の湧水地と用水路、文化財を巡ります。
対象 どなたでも参加できます。
集合場所 慈敬園前駐車場
費用 100円
※当日、徴収します。
定員 25人
※申込多数の場合、抽選。

ゲートボール・ペタンク競技の面白さを知ろう!

平成29年度みずほ教育福祉財団助成事業による「老人クラブ介護予防・健康づくり推進キャンペーンイベント」を開催します。ゲートボールとペタンク競技の面白さを再認識してみませんか。多くの応募をお待ちしています。

- 各自昼食(弁当など)を持参ください。
●問 社会教育課 Tel 22-7912

にほんごサロン・日本語交流員

市内在住外国人のコミュニケーション・交流支援を目的に「にほんごサロン」を開催します。また、日本語交流員も募集します。

- 対象 ①市内に在住を有する外国籍の人(10人程度)
②日本語交流員は市内在住の高校生以上で、外国の文化、言語に興味のある人(10人程度)
※申込多数の場合は、抽選。

※日本語交流員の活動は無償です。交通費など実費の支払いもありません。

- 日時 9月30日(土曜)、10月28日(土曜)、11月11日(土曜)、12月9日(土曜)、平成30年1月13日(土曜)、2月10日(土曜) 10時~12時
※日本語交流員は、9月23日(土曜)の10時~11時30分に事前研修を行います。
場所 中央公民館
申込方法 任意の用紙に「にほんごサロン申込み」と記入し、住所・氏名・電話番号を明記の上、

電話、ファックスまたはメールで申し込みください。※専用の申込用紙は小林市ホームページでもダウンロードできます。

- 費用 無料
※10月28日(土曜)は文化交流「茶道体験」のため、お茶とお菓子代として参加費500円が必要です。
●問 申込締切 8月31日(木曜)
地方創生課 Tel 23-1148 Fax 23-6650 Mail kokusai@city.kobayashi.jp

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、簡単な運動や情報を紹介します!

●問=長寿介護課 Tel 23-1140

就寝4時間前の入浴で夜間頻尿予防

「夜、排尿のために1回以上起きる」状態である夜間頻尿は、原因として過活動膀胱が考えられ、排尿筋が過剰に収縮してしまい、膀胱が小さくなります。その結果トイレに行く回数が増え夜間頻尿を引き起こします。70歳以上の約9割の人が夜間頻尿に悩まされており、転倒リスクも高く、そのまま寝たきりになるケースも少なくありません。

そんな夜間頻尿を防ぐ方法として、就寝4時間前の入浴がおススメです。

理由は、余分な水分が尿として排出されるには2~3時間必要ですが、就寝4時間前までに入浴しておくことで足に溜まった水分が尿として就寝前に排出されるので、夜間頻尿の軽減につながります。夜間頻尿にお困りの方は、ぜひ、お試しください。

【文】長寿介護課 作業療法士 田中 美幸さん

募をお待ちしています。

- 日時 9月22日(金曜) 9時~
場所 八幡原市民総合センター多目的グラウンド(旧商業高校跡地)
対象 おおむね60歳以上の市内在住の高齢者
定員 100人
※申込多数の場合は抽選。
申込方法 電話で申し込みください。
申込締切 8月31日(木曜)
参加費 無料
その他 ①ゲートボール、②ペタンクのうち1つを選択して申し込みください。
●問 小林市老人クラブ連合会事務局(百歳会館内) Tel 22-5231 Tel 080-8390-6093

釣り大会

小林高原野尻漁業協同組合では、外来魚駆除を目的に釣り大会を開催します。

- 日程 8月19日(土曜)~20日(日曜)の2日間(雨天決行) ※検査時間は2日間とも14時~15時まで ※1日のみの参加もできます。 ※開始時間は設定していませんが、釣った魚は検査時間までに検査場所まで持参ください。
場所 御池(検査・表彰式は皇千港)
対象 小学生以上
費用 無料
注意事項 ・釣り方は岸釣りに限ります。(ボート釣り不可)
・ブラックバス部門、ブルーギル(ハス含む)部門の2部門があります。
・8月20日(2日目)の15時から結果発表と表彰式を行います。2日間総合の検査尾数(同数の場合は重量を加味)をもとに、釣り上げた尾数が多い順に、ブラックバス部門1~10位、ブルーギル部門1~10位の人には賞品を贈ります。(別途参加賞があります)
●問 小林高原野尻漁業協同組合 Tel 23-4668

着付け講座

気軽に着物を着てお出かけしてみませんか!

- 日時(8回) 9月14日(木曜)~12月21日(木曜) 19時~21時 ※概ね隔週木曜に行います。
場所 中央公民館
対象 市内在住または在勤でおおむね40歳までの人
※対象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、後は抽選となります。
費用 1000円
定員 10人
申込締切 8月31日(木曜)
受付時間 月曜~金曜 9時~17時
その他 着物類は持参ください。
●問 中央公民館 Tel 22-3482

接遇・マナー講習

さまざまな業務での就業を目指すため、電話対応などの

- 基本的なビジネスマナーや、トラブル回避に役立つコミュニケーション能力など、実践的な講習で学びます。
●対象者 ・現在シルバー人材センター会員でセンターでの就業を希望する人
・おおむね60歳上で今後シルバー人材センターに入会しセンターでの就業を希望する人
●日程 8月24日(木曜)、25日(金曜)のいずれかを選択できます(約4時間程度)。
●定員 各15人
※申込多数の場合は、抽選
●申込締切 8月17日(木曜)
場所 市シルバー人材センター
受講料 無料
●申込先・申込用紙配布先 ハローワーク小林、市シルバー人材センター、県シルバー人材センター連合会
●申込方法 申込用紙に必要事項を記入し、提出ください。
●問 県シルバー人材センター連合会 Tel 0985-31-3775

地域おこし協力隊通信

フェイスブックもやっています！



あおの しゅんすけ 青野 雄介 隊員



小林市の有志が集ちた団体「Kobayashi Organic」の事務局をしています。

皆で勉強会や畑見学会などをしながら、有機農業を広めるべく活動しています。その活動のひとつとして、生産者会員が農薬や化学肥料を使わず栽培した野菜セットを毎月定期配達する消費者会員を募集しています！たくさんの方たちに、熱い思いで育てた野菜を食べていただくと嬉しいです。詳しくはFacebookページもしくは青野までお気軽にお問い合わせください！（問：地方創生課Tel 23・1148）

中小企業大学校研修

中小企業大学校人吉校では、時代のニーズに沿った研修を用意し、単に講義を聴くだけでなく、全員参加の講習を取り入れ、自社課題の解決につながる実践的な研修を行っています。

決算書の活かし方①（財務分析編）

- ◆日時 9月20日(水曜)～22日(金曜)
- ◆対象 管理者、新任管理者、リーダー
- ◆定員 25人
- ◆受講料 3万1000円

顧客も従業員も幸せにするサービスを学ぶ

- ◆日時 9月26日(火曜)～27日(水曜)
- ◆対象 経営者、経営幹部、管理者
- ◆定員 30人
- ◆受講料 2万2000円
- ◆新任管理者研修(10月) 10月3日(火曜)～5日(木曜)
- ◆対象 新任管理者、チームリーダー
- ◆定員 30人
- ◆受講料 3万1000円
- ◆共通事項 会場 中小企業大学校人吉校
- ◆申込方法 中小企業大学校人吉校ホー

保健・福祉

「赤ちゃんの駅」を設置しました

保健センター内に、「赤ちゃんの駅」を設置しました。「赤ちゃんの駅」とは、オムツ替えや授乳ができる、赤ちゃんのためのスペースです。

- ◆日程 月曜～金曜(祝日を除く)

各種がん検診の実施医療機関の追加および取下げ

各種がん検診の実施医療機関の変更がありましたのでお知らせします。

- ◆追加
 - 小林市立病院 Tel 23・4711
 - ※子宮がん頸部検診(必要に応じて体部検診)が実施できるようになりました。
 - ※火曜、金曜のみ実施します。
 - ※受診を希望する場合は、事前に予約ください。
- ◆取下げ
 - 桑原記念病院 Tel 22・4138
 - ※乳がん検診は実施しません。
- ◆問・健康推進課 Tel 23・0323

児童扶養手当現況届・ひとり親家庭医療費更新

「児童扶養手当現況届」とは、児童扶養手当受給者の前年の所得と平成29年8月1日現在の児童の養育状況などを確認するためのものです。

た、ひとり親家庭医療費についても同時に更新を行います。この届出がない場合、8月以降の手当の支給が受けられなくなります。なお、2年間届け出をしないと受給資格がなくなりますので、必ず提出してください。

- ◆受付場所 子育て支援課、須木庁舎・野尻庁舎住民生活課
- ◆必要なもの
 - 送付した現況届
 - 世帯全員および同居している人の住民票
 - 養育費に関する申立書
 - 一部支給停止適用除外届出書(緑) 雇用証明書、健康保険被保険者証
 - 対象児童が別居の場合は、別居先の世帯全員の住民票と別居監護申立書(学校長
- ◆受付場 子育て支援課、須木庁舎・野尻庁舎住民生活課
- ◆提出受付日 8月15日(火曜)～31日(木曜) 8時30分～17時15分
- ※土日、祝日を除く。
- ※17日(木曜)、24日(木曜)、31日(木曜)は子育て支援課のみ19時まで受付を延長します。

第十回特別弔慰金の請求はお済みですか

戦没者などの遺族に、国から第十回特別弔慰金が支給されます。平成27年8月から受付を開始しており、期限が迫っています。請求手続きをしていない人は、請求窓口で手続きください。

- ◆対象者 平成27年4月1日(基準日)において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受け取る人(戦没者の妻など)がいない場合に、次の支給順位の先順位1人に支給されます。
- ①平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人
- ②戦没者などの子
- ③戦没者などの(1)父母、(2)孫、(3)祖父母、(4)兄弟姉妹
- ④戦没者などとし計関係を有していない人(平成27年4月1日において婚姻により姓が変わっている人、遺族以外の人と養子縁組をしている人は除く)
- ⑤①～④以外の三親等内の親族(甥、姪など)

バリエーション実技研修会

バリエーションとは、認知症高齢者とのコミュニケーション法です。この技法を使うことで混乱した状態から落ち着きを取り戻し、粗暴な行為や興奮などの周辺症状が消失するという成果が現れています。真に「寄り添うケア」

- ◆場所 8時30分～17時15分 小林市保健センター内の1階相談室、1階女子トイレ、1階多目的トイレ
- ◆対象 オムツ替えや授乳が必要な親子
- ◆費用 無料
- ◆その他 赤ちゃん用の体重計を準備しているため、自由に計ることができます。必要に応じて育児相談をしていますので、気軽にお声かけください。なお、ミルクのお湯は準備していません。
- ◆問 健康推進課 Tel 23・0323
- ◆日時 9月11日(月曜) 10時～16時
- ◆場所 中央公民館
- ◆内容 バリエーションを用いた認知症の人への接し方、コミュニケーションの取り方(実践的な演習を盛り込んだ体験型の研修会となっています)
- ◆定員 100人
- ※申込多数の場合は、抽選。
- ◆対象 介護関係者、医療関係者、ケアマネジャー、市民など
- ◆参加費 無料
- ◆申込方法 電話もしくはファックスで申し込みください。
- ◆申込締切 9月4日(月曜)
- ◆申・問 小林市地域包括支援センター Tel 25・0707 Fax 25・0708
- のじり地域包括支援センター Tel 44・2271 Fax 44・2028

おしらせ7月15日号

- ◆請求期限 平成30年4月2日
- ◆請求に必要なもの
 - 請求者の戸籍抄本
 - 請求者の個人番号カードか通知カード
 - ※必要に応じて、戸籍謄本、先順位遺族の除票などが要です
- ◆請求窓口 福祉課、須木庁舎住民生活課、野尻庁舎住民生活課
- ◆問・福祉課 Tel 23・0111
- おしらせ7月15日号の4ページに掲載した「特定健診、長寿健診、がん検診(胃・大腸・子宮・乳・肺)、肝炎ウイルス検査」について、タイトルに誤りがありましたので訂正してお詫びいたします。
- 誤 肺炎ウイルス
- 正 肝炎ウイルス
- ◆問・健康推進課 Tel 23・0323

案内

道路への倒木、枝・
雑草の張り出し

道路や歩道への倒木、枝・雑草の張り出しなどは、日ごろから樹木の伐採または枝払い・草刈りをお願いします。

道路や歩道への倒木、枝の張り出しなどにより通行の支障になったり、標識が見えにくくなったりしている場所が多く見受けられます。これが原因で、車両や歩行者に事故が発生したときは、樹木の所有者に責任を問われる場合がありますので、日ごろからの樹木の伐採または枝払いにご協力をお願いします。

強風や大雨の後には、特に注意して作業を行っていただくよう、ご協力をお願いします。

●問
・建設課

TEL 23・0311

NEXCOからの
お願い

高速道路沿線から本線上へ

樹木などが倒れこみ、走行中の車が衝突する事故が発生しています。高速道路への樹木などの倒れこみの危険が予測される場合は、その樹木などを管理する所有者で伐採するようお願いします。ただし、危険性があり弊社にて伐採を行う必要がある場合は、原則として所有者へ事前連絡をした上で伐採を行います。危険性・緊急性が極めて高いと判断される場合は、やむを得ず事前連絡をせずに伐採を行うことがありますので、あらかじめご了承ください。

高速道路を安全・快適に走行できるようにご理解、ご協力をお願いします。

●問

・西日本高速道路㈱(NEXC
CO)九州支社管理第一課
TEL 0985・89・2535

中小企業
退職金共済制度

退職金制度は企業にとつて福利厚生充実、優秀な人材の確保に欠かせないものです。中退共(中小企業退職金共済制度)は、中小企業者の

相互扶助の精神と国の援助で確立された制度です。市では、退職金制度を持つことが困難な中小企業者に対し、中退共制度への加入をおすすめしています。また、新規加入事業主に対する補助事業を実施しています。安全・確実・有利な中退共制度をぜひご利用ください。

◆中退共制度の特徴

①掛金は全額非課税
②加入前の過去勤務期間や転職した場合に通算が可能です。

③掛金の一部を国が助成します。

④市の補助金制度があります。

⑤パートタイマーも加入できます。

◆掛金の種類

月額5000円

～3万円(16種類)

※短期労働者は2000円～4000円(3種類)の特例掛金月額も選択できます。

◆加入の手続き
各金融機関に加入申込書があります。

◆補助金制度
小林市退職金共済加入促進補助制度(中小企業退職金共済制度・特定退職金共済制度)

では、新規加入及び追加加入した事業主に、加入した従業員1人につき5000円(上限)を補助します。(3年間を限度とします)

●問

・中小企業退職金共済

事業本部

TEL 03・6907・1234

平成29年7月5日か
らの大震災義援金

7月5日からの九州北部地方での継続的な大雨により、人的・物的損害が発生しています。この災害で被災された人を支援するため、日本赤十字社は、次のとおり義援金を口座振込で受け付けます。また、市役所と社会福祉協議会では募金箱を設置していますので、皆さまの温かいご支援をよろしくお願いします。

□座振込募金

◆受付募集期間

8月31日(木曜)まで

◆受付金融機関

全国の郵便局

◆口座記号番号

00190・2・696842

◆口座加入者名

日赤平成29年7月大震災義援金

◆その他

①受領証を希望する場合は、通信欄に「受領証希望」と記入のうえ、氏名、住所、連絡先を記入ください。

②窓口での取扱の場合、振替手数料は免除されます。

※ATMを利用の場合は、所定の手数料がかかります。

●問

・日本赤十字社宮崎県支部

TEL 0985・22・4045

◆募金箱

◆受付期間

8月31日(木曜)まで

◆設置箇所

◆市役所

本庁、福祉課、須木庁舎、野尻庁舎の各ロビー

◆社会福祉協議会

本所、須木支所、野尻支所の各ロビー

◆その他

領収書の必要な人は福祉課まで連絡ください。

●問

・福祉課

TEL 23・0111

・市社会福祉協議会

TEL 23・3466