

広報こばやし みんなでてなむ 笑顔あふれる じょじょんよかどこ 小林市 2018.AUG

# KOBAYASHI 8

No.149

## CONTENTS

03 特集／平成 30 年度予算

**今年の重点事業を紹介**

11 小林人／読みきかせ団体 細野ママーズ

まえはら なおみ  
**前原 直美さん**

今年の夏は  
**小野湖**  
で  
遊ぼう！



写真／すきむらんの SUP・カヤック体験  
(関連記事 15 頁)



## 小林市立病院産婦人科 スタッフ紹介

小林市立病院に産婦人科医師が着任し、7月1日から産婦人科の診療体制が変わりました。今月号では、新しくなった市立病院産婦人科のスタッフを紹介します。

### 診療体制

#### 妊婦健診【予約制】

出産まで10回以上の健診が必要となる妊婦の方が、市外の病院に通う負担を軽減し、分娩までの妊婦健診を行っています。

#### 婦人科外来【紹介予約制】

診療日	診療時間
月曜日	9時～15時
火曜日	9時～15時
水曜日	9時～15時
木曜日	9時～12時
金曜日	10時～15時

予約受付時間 平日8時30分～17時15分

●問・予約

・小林市立病院 地域医療連携室 Tel 23 - 8225

### Doctor - 医師 - 先生に話を聞きました



#### 産婦人科 医師 吉永 浩介先生



これまで、周産期医療はもちろん、子宮や卵巣などにおける悪性腫瘍（がん）の研究・治療、産婦人科医師の育成・リクルートなどの仕事をしてきました。日本では、医療安全と医師の負担軽減を目的に産婦人科の集約が進んでいます。私自身も今年6月まで宮城県仙台市の産婦人科医師が集約された病院（医師11人）で医長をしていました。そんな状況でも、生まれ育った西諸地区に「元氣な赤ちゃんの産声」という方々の想いを、助産師を

はじめ当院のスタッフと一緒に形にしたいと、こちらにお世話になることになりました。西諸地区の妊婦さんの不安を少しでもカバーできればと思っています。妊婦検診をはじめ、産前・産後に心配事などがありましたら、お気軽にお越しください。妊婦さんの立場に立って、安心して診療できるよう心掛けてまいります。助産師や看護師などと協力しながら皆様にあさる病院を目指してまいりますので、ご理解、ご協力をお願いいたします。

### Profile - プロフィール -

えびの市出身。昭和45年2月23日生まれ。平成6年、東北大学医学部卒業。東北大学医学部婦人科准教授などを歴任。趣味は、ゴルフ（油断するとすぐ太るので練習しています）。

### Midwife - 助産師 -



たけうち かおり



くろき ようこ



かくい くみこ



なかた ももえ



ながの ひとみ



うとみ ほこ



いはら さちえ

小林の  
わけもん  
Vol.26

YOU CAN MAKE IT !!

KOBAYASHI YOUNG

小林にゆかりのある「がんばる若者」を紹介！

### 第34回のじり湖祭最年少の実行委員

ひがしはる はるき  
東原 治希 さん

宮崎市内の専門学校に4月から通っている東原治希さん、18歳。8月25日に開催される第34回のじり湖祭の最年少の実行委員です。「皆さん優しく教えてくれるので、企画を考えたり本当に楽しいです。」

高校を卒業したこともあり、夜の会議への出席など活動範囲が広がりました。「祭りは大勢の人が来場するので、地域の皆さんが集うきっかけになります。新しい企画もあるので、多くの人が楽しんでもらえるようがんばります。」

実行委員一丸となって成功という大きな花火を打ち上げるため、東原さんの熱い夏はまだ続きます。



当時高校2年生だった東原さん（写真右）。「あの時、ステージ上で観た花火が忘れられません」

8/25

### 第34回のじり湖祭開催

のじりの夜空に打ち上がる3000発の花火

日時／8月25日（土）  
時間／イベント：16時～  
花火：20時30分～  
場所／のじりこびあ



高校生企画やインスタグラプリなど、野尻の若者たちのアイデアあふれる催しが満載です！フィナーレには3000発の打ち上げ花火も行われますので、ご家族・ご友人とぜひご来場ください。●問＝のじり湖祭実行委員会（Tel 44 - 3004）

8/26

### Pickup Event

### こばやしプチマルシェ開催

KITTO 小林を会場に復活！

日時／8月26日（日）  
9時～12時  
場所／KITTO 小林2階



こばやしマルシェがKITTO 小林を会場にプチ復活します。会場には約15店舗の出店を予定しています。詳しくは、こばやしマルシェのフェイスブックページでお知らせします。●問＝こばやしマルシェ実行委員会事務局（Tel 27 - 3280）



## にぎわい ～人も心もワクワクにぎわうまち～

### 市内での新規創業者を支援

中心市街地活性化基本計画に基づき、新規創業者に対する空き店舗の改修への補助やインキュベーションマネージャーを中心とした小林ビジネス支援センターの運営のための補助などを行います。

……1962 万円（商工観光課）

### 地域課題の解決を目指す人材の育成

第一線で活躍する全国の経営者や大学教授などを講師に迎える宮崎こばやし熱中小学校の運営補助や起業・創業の拠点となるコワーキングスペースの運営を通じ、新しいことに挑戦する人材の育成、新規事業の創出、観光開発、地場産業の振興を図ります。

……4749 万円（地方創生課）

### 空き家を活用し移住者増加を目指します

紙屋地区の空き家をリノベーションしたお試し移住施設を活用し、移住者数の増加や地域活力の向上を図ります。

……190 万円（野尻庁舎地域振興課）



小野湖を活用して、高校生のボート競技の大会や合宿を誘致します。

### 家畜疾病の予防と伝染病発生の防止

家畜疾病の予防と伝染病発生を防止するため、市自衛防疫推進協議会が行う畜舎の巡回消毒サービスなどの防疫対策事業へ補助を行います。

……1043 万円（畜産課）

### 農業の担い手を確保

地域農業を振興するため、農業後継者や新規就農者の早期経営安定と次世代の農業の担い手の確保を進めます。

……2944 万円（農業振興課）



④コワーキングスペース TENOSSE では起業・創業に向けた各種セミナーを定期的に開催します。⑤紙屋地区のお試し移住施設「フロンティア荘」。

### 小野湖を活用した経済の活性化

小野湖でのボート競技の大会・合宿誘致を推進するとともに、ウォータースポーツ・レジャーという新たなメニューを展開することで滞在型交流型観光による経済活性化を図ります。

……1442 万円（須木庁舎地域振興課）

### 観光客誘客のためクーポンを発行

市内の宿泊施設や観光施設などへの誘客を促進するため、観光情報誌でのPRや宿泊クーポン・観光クーポンの発行を行います。

……883 万円（商工観光課）

### 観光 DMO の運営を支援

地域への交流人口の増加を目的とした、地域産業の横断的なマネジメント・マーケティングを行う組織である観光 DMO の運営を支援し、観光地域づくりを推進します。

……9103 万円（商工観光課）



昨年、全国和牛能力共進会で3大会連続日本一になった宮崎牛をはじめ、農畜産物の振興を推進します。

分野別

平成 30 年度 予算

# 今年重点事業を紹介

「みんなであつむ 笑顔あふれる じょじょんよかところ 小林市」の実現を目指して



平成30年度の当初予算は、市長選挙が行われたことから、義務的経費や継続的な事業を中心とした骨格予算でした。6月議会で、宮原市長の掲げる「市民が笑顔になれる小林市」を目指すための具体的な施策を盛り込んだ肉付け予算が議決されました。今月号では、今年度の予算の概要と市が取り組む主な事業を紹介します。

新…新規事業 ふ…ふるさと納税の寄附金を活用する事業

いきいき  
健康でいきいき  
つながり合う  
笑顔のまち

にぎわい  
人も心も  
ワクワク  
にぎわうまち

まなび  
生涯を通して  
学び合い  
育ち合うまち

くらし  
豊かな自然と  
共に安心して  
くらするまち

計画の  
実現に  
向けて

## いきいき ～健康でいきいきつながり合う笑顔のまち～

### 子ども医療費の助成を中学生まで拡充

子ども医療費の助成対象を平成31年1月診療分から中学生まで拡充します。入院、外来の自己負担は800円、薬代の自己負担はありません。

新 ふ ……1 億 2882 万円（子育て支援課）

### 市立病院産婦人科の運営体制を支援

西諸3市町が連携して小林市立病院における産婦人科の運営体制を支援します。

新 ……4702 万円（健康推進課）

### 須木診療所に電子カルテシステム導入

須木地域における医療提供体制の充実を図るため、須木診療所の検査機器を更新し、電子カルテシステムを導入します。

……1193 万円（須木庁舎住民生活課）

### 特定健診で生活習慣病を早期発見・治療

特定健診や特定保健指導を実施し、生活習慣病の予防、早期発見、早期治療につなげます。

……6147 万円（ほけん課）



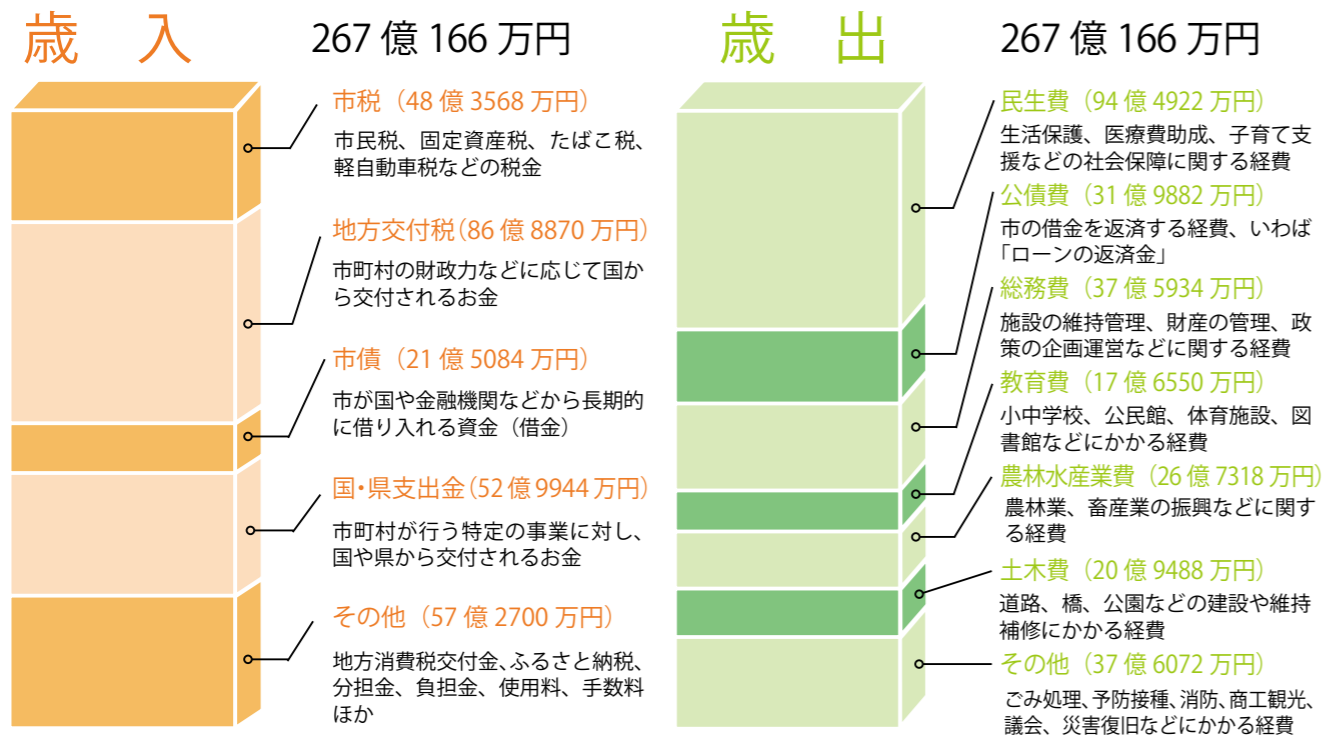
⑥子どもの医療費を助成するなど、地域で安心して子育てできる環境づくりを目指します。⑦今年度から集団健（検）診がインターネットで予約できるようになりました。



# 一般会計予算は 267 億 166 万円

平成30年度の予算は、新庁舎建設の終了などにより、前年度の当初予算と比較すると14億9834万円（5.3%）の減となりました。第2次小林市総合計画に掲げる将来都市像「みんなであつむ 笑顔あふれる じょじょんよかとこ 小林市」の実現を目指し、地方創生関連事業をはじめとした事業に取り組むための予算となっています。

## 一般会計



## 各特別会計

会計名	予算額
国民健康保険事業特別会計	63 億 7010 万円
物品購入特別会計	3 億 640 万円
農業集落排水事業特別会計	2 億 2703 万円
下水道事業特別会計	7 億 9353 万円
西諸地域介護認定審査事業特別会計	3164 万円
介護保険事業特別会計	58 億 7371 万円
後期高齢者医療事業特別会計	13 億 240 万円
西諸地区いじめ問題対策専門家委員会特別会計	18 万円

## 予算総額

一般会計と特別会計、企業会計(水道事業と病院事業)の総額は462億4053万円となりました。

## 462 億 4053 万円

一般会計	267 億 166 万円
特別会計	149 億 499 万円
水道事業	16 億 1386 万円
病院事業	30 億 2002 万円

## まなび ～生涯を通して学び合い育ち合うまち～

### グローバル化に対応した教育の推進

A L T (外国語指導助手) を4人から6人に増員し、公立幼稚園と全小中学校に派遣します。

**ふ** ……2313 万円 (学校教育課)

### TENAMU ビルを活用した学びの場の提供

市民の生きがいや活躍の場を創出するため、T E N A M Uビル2階の公共スペースを運営します。

……3519 万円 (社会教育課)



㊦ TENAMU ビル2階公共スペースを活用して、子どもから大人までさまざまな交流の創出を目指します。㊦ふるさと納税の寄附金による給食費の半額補助を継続します。

### 小・中学校の給食費を半額助成

子育て世代の負担を軽減するため、小中学校の学校給食費の半額を補助します。

**ふ** ……7424 万円 (スポーツ振興課)

### 市民体育館を改修

老朽化が進んでいる市民体育館の屋根・外壁の改修を行います。

**新** ……5249 万円 (スポーツ振興課)

## くらし ～豊かな自然と共に安心してくらせるまち～

### 防災マップを作成します

防災情報を更新した防災マップ(ハザードマップ)を作成し、各世帯や関係機関へ配付します。

……529 万円 (危機管理課)

### 大塚原運動広場を整備

大塚原運動広場を中心として、エリア全体の利用価値を高めるため、連絡道・駐車場・案内板・誘導灯の整備やジョギングコースの舗装などを行います。

……4900 万円 (野尻庁舎地域整備課)

### 乗合タクシーの実証実験を実施

市内の高校に毎月5000円を超えるバス料金を支払い通学する高校生を対象とした補助(年間3万円を上限)や細野地区における乗合タクシーの実証運行など、地域公共交通を維持するための取組を行います。

……3319 万円 (企画政策課)



㊦自主防災組織などを中心に災害に強いまちづくりを目指します。㊦今年3月に完成した大塚原運動広場。クラブ活動やレクリエーションなどでぜひ活用ください。

## 計画の実現に向けて

### 奈佐木地区多目的研修集会施設の改修

耐震診断の結果、耐震補強が必要であることが判明した奈佐木地区多目的研修集会施設の耐震補強を行います。

……1264 万円 (須木庁舎地域振興課)

### 高速情報通信網を整備

須木、西小林地区などの光ファイバー未整備地区に高速情報通信網を整備し、情報通信格差の解消を図ります。今年度は須木地区の一部を予定しています。

**新** ……2000 万円 (企画政策課)

## 小林西高三ツ星レストラン 今年は TENAMU ビルで開店

7月20日、21日、27日、28日に小林西高調理科の3年生が三ツ星レストランをTENAMUビルで開店しました。数種類の新メニューを加えて、地元食材を使った料理をバイキング形式で提供。生徒らは、緊張した様子も見せながらも笑顔で来場者の接客などを行っていました。



小林西高3年の調理科は22名。5月から準備をはじめて開店を迎えました。来場者は色とり豊かな料理を堪能していました



救急車を利用するほどではない医療機関への搬送などで利用したい人は、福祉タクシーきずな（Tel 44 - 2707）へ問合せください

## 西諸地域で初めての認定 患者等搬送事業者認定交付式

7月17日、西諸広域行政事務組合消防本部が福祉タクシーきずな（代表＝四位純徳）を患者等搬送事業者に認定しました。同事業は、緊急性の低い患者などを病院などへ安全に搬送できる民間業者を認定する制度。高齢化に伴い増え続ける救急車の出動件数抑制などが期待されます。

## 市民と知事との意見交換 ふれあいフォーラムを開催

7月6日、知事と県民が対話を行う「知事とのふれあいフォーラム」がKITTO小林で開催されました。市内各種団体から33人が参加。消防団員確保のための広報活動の充実、地域医療への取り組み、スポーツビジネスのさらなる展開など、さまざまな課題について意見を交わしました。



参加者と意見を交わす河野俊嗣知事。外国人観光客誘致などについては「九州全体で連携していきたい」と答えていました



同協会との協定は、県、宮崎県警、宮崎市に次いで4か所目。消防本部に備蓄している3日分の非常食などを輸送します

## 災害発生初動期に備えて 緊急輸送等に関する協定締結

6月26日、災害発生初動期に物資輸送を円滑に行うことを目的に、西諸広域行政事務組合消防本部と県トラック協会が協定を締結しました。式で、同協会の牧田信良会長は「緊急時の物資輸送は重要なことで使命だと思っています。互いの連絡を保ちながら進めていきたい」と話していました。

## 取り組みを紹介します

### きずな協働体 今月は、三松地区

#### 三松中学校校区にきずな協働体を設立しました

6月30日（土曜）、小林市で6番目のきずな協働体「チームみまつ協働体」を設立しました。

基本理念は、三松中学校校区で脈々と受け継がれてきた「三松魂」です。

困難や苦勞に負けず頑張り抜く強い気持ち、互いに助け合う優しい気持ちを表す「三松魂」を、育て・つなぎ・守ってい

くことで、住民が地域行事などに自然と参加しなくなる地域づくりや、元気に安心して暮らせる地域づくりができると思っています。

地域にある祭りのにぎわい創出や岩戸神楽の伝統芸能の継承支援など、さまざまな事業を展開していきます。これからの活動に注目ください。



他の協働体を参考にしながら、「三松魂」で頑張ります！



チームみまつ協働体 田原尚紀会長

## みんなで楽しく介護予防 ゴールデンエイジ大会を開催

7月14日、ゴールデンエイジ大会を野尻町農村環境改善センターで開催しました。簡単な体操などで介護状態になりにくい体づくりを行うことが目的で、約100人が参加。日常生活で簡単にできる筋力トレーニングの貯筋運動などを行い、参加者は笑顔で体を動かしていました。



講師のスマイルファイン企画秋元博子さんは、介護予防の重要性を簡単な運動を交えながら参加者に説明していました



季節ごとに趣向を凝らした内容で実施しているこのイベント。今回は七夕にちなんで、最後に笹飾り作成が行われました

## 読書とともに季節を体感 市立図書館で七夕まつり開催

7月7日、七夕まつりが市立図書館で開催されました。子どもたちに四季を感じてもらうことが目的で、未就学児から小学生まで約40人が参加。織姫と彦星について劇を交えた読み聞かせやエプロンシアターなどがあり、子どもたちは真剣な表情で話を聞いていました。



県公立図書館連絡協議会で表彰された  
読みきかせ団体 細野ママーズ 代表  
まえはら なおみ  
前原 直美 さん (56)



④ 市立図書館で開催されたイベントでミニママーズが活躍。手際よく準備をしている姿が印象的だった。⑤ 前原さん私物の絵本。「絵本は捨てずに次の世代へ受け継ぐもの」と前原さん。⑥ 小学校で読み聞かせを行う前原さん。

朝8時15分、細野小学校の教室。児童の見つめる先には、色鮮やかな絵本を優しい語り口で読む女性。声の主は、読みきかせ団体「細野ママーズ」代表の前原直美さん（56歳）だ。同団体の主な活動は、月3回、15分間の学校での読みきかせや地域のイベントへの参加。学校関係者からは、「子どもたちの気持ちが落ち着き、生活リズムが整う」と好評だ。これらの活動が認められ、5月に県公立図書館連絡協議会から表彰を受けた。

「細野ママーズの会員や地域の方々の協力があつたからからこそ。皆さんにとっても感謝しています」。前原さんは、同団体が発足した平成16年から活動を続けている。「10年以上続けて来れたのは、子どもたちが喜んでくれるから。だから、毎回の活動が楽しみなんです」。平成28年から、学校の図書室を地域に開放する事業にも携わっている。「純粋に地域に貢献したい、多くの人に読みきかせに親しんでほしいという思いが、待っているのか楽しみだ。

「今後は、心豊かな子どもが育つように家庭での読みきかせを広めたり、高齢者や障がい者への読みきかせにも新たに取り組んでみたいと思っています」。細野ママーズが開く次の1ページは、どんな物語が待っているのか楽しみだ。

子どもたちが喜んでくれるから  
読みきかせ活動が続けられた。  
今後は高齢者や障がい者へ広めたい。

小林  
こばやしびと  
Vol.79

## 地婦連が体育まつりで交流深める

6月26日、小林市地域婦人連絡協議会の体育まつりが三ヶ野山体育館で開催されました。同会会員ら約50人が参加し、小林地域と野尻地域に分かれて競技を実施。パン食い競走やスリッパ飛ばしなどが行われ、会員らは笑顔で交流を深めていました。



## 地域で非行や犯罪を防止

7月2日、第68回社会を明るくする運動の内閣総理大臣のメッセージ伝達式が開催されました。小林地区保護司会や小林地区更生保護女性会、民生委員・児童委員など約90人が出席。非行や犯罪防止のためには、地域のつながりが重要であることを再確認しました。



## 淵上さんが人権擁護委員を退任

7月13日、人権擁護委員を退任した淵上清子さんに、宮崎地方法務局長感謝状と県人権擁護委員連合会会長感謝状が贈られました。淵上さんは「このような活動に携われたことに感謝しています。この経験をこれからも日常生活で生かしていきたい」と話していました。



## 小林振武会（剣道）が全国大会へ

7月20日、小林振武会が市長を訪問し、全国大会出場を報告しました。今回出場するのは、男女で構成される団体メンバー5人。主将の大迫雪花さん（三松小6年）は「チーム一丸となって、勝利を目指します」と話していました。



## ひらの はるか 平野遥さん柔道の九州・全国大会出場

6月25日、Jクラブの平野遥さん（南小6年）が市長を訪問し、柔道の九州・全国大会への出場を報告しました。4月、5月に行われた県大会で優勝し、出場権を獲得。平野さんは「自分の柔道をして、悔いのない試合をできるようにがんばります」と話していました。



## 人権擁護委員に2人が委嘱

7月1日、人権擁護委員に井野真由美さん（写真左）と馬氷裕子さん（写真右）が委嘱されました。毎月「人権・行政・なやみごと相談」を開催していますので、お気軽にご相談ください。相談日は毎月広報こばやしのくらしのカレンダーに掲載しています（今月は27日に掲載）。



## 野尻小中生合同でクラシック鑑賞会

7月4日、野尻の小中学校合同で米ニューヨークを拠点に活躍するバイオリニストの加野景子さんを迎えて、クラシック鑑賞会が開催されました。会では、中学生8人による英語のナレーションと加野さんらの共演もありました。



## 三松小バレースポ少が九州大会へ

7月20日、三松小男子バレーボールスポーツ少年団が市長を訪問し、九州大会出場を報告しました。6月のた県大会で準優勝し、出場権を獲得。主将の有島正夢音さん（三松小6年）は「九州大会では、優勝を目指します」と抱負を述べました。



## 安心安全情報

### 水難事故・熱中症にご注意 !!

#### 火災・救急発生状況

種別	6月	累計	昨年
建物	2	7	-3
林野	0	2	-3
車両	1	3	+2
その他	0	5	+1
救急	127	944	+28

#### 交通事故発生状況

種別	6月	累計	昨年
人身	23	146	+9
物損	85	498	+6
死者	0	1	±0
負傷者	27	160	+8
全国死者	1,603		(昨年同月比 -72)

#### ◆水難事故

本格的な夏を迎えましたが、毎年のように水難事故が発生しています。特に夏休みは、川や海で遊ぶ機会が増えるため、多くの人が水の事故の犠牲になっています。次の5つのポイントに注意し、水の事故を未然に防いで楽しい夏を過ごしましょう。

#### 【ポイント】

- 1 危険な場所に近づかない
- 2 飲酒後、睡眠不足、疲労時など体調不良時には水に入らない
- 3 気象状況に注意して悪天候時は水場に近づかない
- 4 子供から目を離さない
- 5 魚釣りやボートに乗るときは必ずライフジャケットを着用

#### ◆熱中症

毎年、熱中症に起因する事故も発生しています。家の中でも室内温度や湿度が高く、体から熱が逃げにくくなり熱中症になる場合があります。こまめに水分を補給し、もし熱中症の疑いがある場合は、次の対処を行いましょう。

#### 【ポイント】

- 1 涼しい場所へ避難する
- 2 衣服を脱がせ体から熱を逃がす
- 3 露出した皮膚に水をかけ、うちわや扇風機などで体を冷やす
- 4 氷のうなどで、首すじ・脇の下・股関節などを冷やす

## みんなで学ぶ 子育て広場

### 「おひさま」 子育て支援センター

子育て支援センター「おひさま」は、保健センター2階にあります。ゆったりとした雰囲気の中で親子で遊べる子育て広場で、子育て仲間との出会いの場としてご利用いただいています。子育て中の親子なら、どなたでも利用できます。子育て講話、クッキング教室、誕生会、子育て相談など、子どものことなど、困っていること悩ん

でいることを相談できる場でもありますので、お気軽に足をお運びください。お待ちしております。

#### ◆利用日

月曜～土曜

#### ◆利用時間

9時～12時、13時～16時

#### ●問い合わせ先

・子育て支援センターおひさま  
TEL 23-0320

#### 【アクセス】



お気軽に  
お越しください

(左から)  
中村淳子さん  
倉吉京子さん  
中別府直美さん  
村岡みくさん



【問】 ●危機管理課：TEL 23-1175 ●子育て支援課：TEL 23-1278

## 元気の 知恵袋

「二重課題」って  
知っていますか？

市立病院 作業療法士  
江藤 優子



**梅** 雨が明けて運動や散歩をする人も多いと思いますが、歩いているときにつまずいたり転倒した経験はありませんか？それは足の筋力低下だけでなく、『二重課題の能力低下』かもしれません。

二重課題とは、2つのことを同時に行うことです。「ご飯を食べながらテレビを観る」、「話をしながら歩く」などが二重課題です。年齢を重ねるにつれて、体の機能とともに脳の機能も徐々に衰え、「複数のことに注意を向ける力」が低下していきます。そうすると、日常生活の中で動きが中断したり疎かになってしまいます。二重課題の能力が低下すると、歩行中に転倒する危険性が高まると言われています。

ここで、二重課題の能力を調べる簡単な検査をご紹介します。ご家族やお友達

に次の2つの質問をしてみてください。検査のポイントは、「歩いているとき」や「何か作業をしているとき」に行うことです。検査することを内緒にして、歩いているときに、「今日の朝ご飯（昼ご飯）は何を食べたと？」、「今は、何の薬を飲んでます？」と急に尋ねてみてください。この2つの質問をしたときに、相手が歩かずに立ち止まってしまったら（作業を中断したら）二重課題の能力低下が疑われます。

動作が止まってしまった人、安心してください。二重課題の能力を強化することはできます。脳を鍛えるために、散歩中に暗算やしりとりなどを行い、歩くこと（作業すること）以外に注意を向けてみてください。体づくりと頭の体操が一緒に行えて一石二鳥ですよ。

### 米寿の皆さんから学ぶ 元気の秘訣



種子田 ツユさん

#### プロフィール

昭和5年10月21日生まれ  
●好きな食べ物 / トマト・南瓜の煮物 ●心がけていること / 卵と牛乳は毎日摂る ●好きな歌 / 唱歌・童謡 ●長寿の秘訣 / くよくよしない

#### 周りの方に恵まれて今がある

真面目な主人と80歳まで仕事に励んできました。これまで、さまざまな場面で多くの方との出会いがありました。皆さん優しく、いいばかり。私ががんばってこれたのも、周りの方々のおかげととても感謝しています。毎年健診を受け、孫6人、ひ孫5人にも恵まれ、歌を口ずさみながら毎日元気に過ごしています。

#### あなたの元気の秘訣教えてください！

このコーナーでは、元気の秘訣を教えてください。米寿の皆さんを募集しています。健康推進課の職員が取材にお伺いしますので、お気軽に問い合わせください。(TEL 23-0323)

### ヘルスメイトさんの 野菜レシピ

## ネバネバご飯



小鉢1皿60g  
1日6皿食べよう！

#### 材料 (2人分)

- ・納豆…1/2パック
- ・なめ茸…50g
- ・オクラ…2本
- ・トマト…1/4個
- ・しょうゆ…小さじ1
- ・ご飯…2杯

#### ●作り方

- ①オクラは茹でて小口切りに。トマトは1cm角のサイコロ状に切る。
- ②ボールに①、納豆、なめ茸、しょうゆを入れ、よく混ぜ合わせる。
- ③ご飯にかける。

【問】 ●健康推進課：TEL 23-0323 Fax 23-0325 ●須木庁舎住民生活課：TEL 48-3132

●野尻庁舎住民生活課：TEL 44-1100

行ってみよう！やってみよう！  
**お出かけガイド**  
 イベント・講座情報

このコーナーでは、市内で開催されるイベントや講座などを紹介します。

## グルメコンテスト in まつり宮崎

特産品を詰め込んだスイーツを出品



今年で8回目となる「MRT ご当地グルメコンテスト in まつり宮崎」。今年は、小林のフルーツをふんだんに使った「甘めも〜甘メロン」を出品します。ぜひご来場ください。●日時＝8月18日（土曜）12時～19時、19日（日曜）10時～17時●場所＝MRTmicc2階●費用＝入場料無料、1食500円●問＝商工観光課（TEL 23 - 1174）

## スタンドアップパドル 小野湖でSUP体験 夏を満喫しよう！（完全予約制）

コツさえつかめば簡単に立つことができ、安定感もあるので子どもでも安心。インストラクターが丁寧に指導しますので、初心者も大歓迎です。●期間＝10月31日まで（第2・4木曜は休業）●時間＝10時～、13時～、15時～（1回60分～90分）●料金＝大人3000円、中学生2000円、小学生1500円●問・予約＝すきむらんど（TEL 48 - 2480）



## 小林市プール情報！夏休みはプールを楽しもう！！

### 小林総合運動公園



ウォータースライダーや児童プールがある小林総合運動公園内の屋外プールが開放されます。●期間：8月31日（金曜）まで●時間：10時～12時、13時～17時●料金：大人410円、小中高生200円、未就学児100円●問：市営プール（TEL 21 - 0577）

### のじりこぴあ

湧水を利用したのじりこぴあのプール。大小2基のウォータースライダーも楽しめます。●期間：9月2日（日曜）まで●時間：10時～17時●料金：大人500円、小中学生300円、幼児（3歳以上）200円、見学200円●問：のじりこぴあ（TEL 44 - 3000）



### すきむら河川プール



本庄川の清流を利用した、すきむら河川プール。大自然の中、水遊びを楽しめます。●期間：8月31日（金曜）まで●時間：10時～16時●料金：無料●注意：当日晴れていても、河川状況により中止の場合があります。●問：須木庁舎地域整備課（TEL 48 - 3131）

■学校教育課 TEL 23-0424 ■社会教育課 TEL 22-7912  
 ■スポーツ振興課 TEL 22-7911

教育委員会

## EDUCATION

### こばやし文化財かるた・おっといたのかん紙芝居



こばやし文化財かるた



おっといたのかん紙芝居

楽しんで覚えよう  
 小林の歴史！  
 社会教育課では、昨年10月に小林高等学校美術部と市ガイドボランティア協会が手作りで共同で製作・寄贈いただいた「こばやし文化財かるた」と「おっといたのかん紙芝居」を、多くの要望があったため製品化しました。  
 「こばやし文化財かるた」は市内の文化財のユーモラスな絵に百人一首のようなゲーム性を持たせたかるたです。  
 「おっといたのかん紙芝居」は江戸時代より続く田の神さあ

文化の中でもユーモアと優しさがあふれる風習の一つを紙芝居にしたものです。  
 社会教育課（小林中央公民館）窓口で「こばやし文化財かるた」を販売しています。価格は1000円（税込）。また、かるた・紙芝居ともに貸出しも行っています。  
 かるたや紙芝居をとおして市内の文化財を知り覚えてもらい、愛着を持っていただければ幸いです。よろしく願いいたします。  
 ●問  
 ・社会教育課  
 TEL 22・7912

## シリーズ 学校の働き方改革

先生が子どもとじっくり向き合うために Vol.1

日本全体で加速する「働き方改革」。義務教育の場、小中学校でも、待ったなし、の変化が求められています。今、教育現場はどうなっているのか。長時間労働を是正しながら、教育の質を高めるには何が必要なのか。シリーズを通して考えていきます。

待ったなしの働き方改革。なぜ学校？  
 AI（人工知能）・ロボット時代を生き抜く「ヒト」としての力の育成。いじめ、不登校、貧困や児童虐待など諸課題への対応。社会の急激な変化が進む中、子どもを取り巻く課題は複雑に、そして多様化してきています。子どもの成長にとって重要な場である学校への期待がさらに高まる中、「プログラミング教育の導入」、「5・6年生の外国語の教科化」など話題の「新学習指導要領」の全面実施も2020年度と目前。市内の小中学校も今、かつてない繁忙期を迎えています。

今年度の「学校の働き方改革」事業（一部抜粋）  
 ●顧問や引率ができる部活動指導員のモデル配置  
 ●教員の事務的業務の補助を行うサポートスタッフのモデル配置  
 ●部活動休養日、学校閉庁日の設定  
 ●働き方改革実行会議の設置  
 ●非常勤講師（複式学級・多人数の特別支援学級）の配置  
 ●ALT（外国語指導助手）の増員  
 ●特別支援教育支援員の増員 など

した。教師の多忙化は、教師の心身の健康面だけでなく、「教育の質」、「教師が子どもと向き合う時間」にも影響を及ぼします。  
 この課題を解決するため、教育委員会では左表のとおり、さまざまな事業を展開します。今後このコーナーでは、各事業の紹介や背景、学校の実態や国の動向などを紹介します。また、子どもたちの現在と未来を託す学校を、わたしたちは「地域」「一市民」として、どう支えていくべきなのか、についても考えていきます。

**広** 島、岡山、四国と雨の被害が起き、今まだ避難生活が続いています。暑い中での暮らしは大変だと思えます。一日も早く穏やかな日常が帰ってくる事を願っています。私たちも人事と思わず、非常持出の準備は整えておきたいものです。(S・T＝細野)

大規模災害などの有事の際は、自助・共助が大切といわれています。安心安全のためには一人一人の意識が大切ですね。

**知** 人がのじりこびあの「メロン・マンゴーフェア」に行ったそうで、知っていたら私も行きたかったです。来年のお楽しみイベントとして大切におきます。(もも＝鹿児島県メロン・マンゴーフェアは、市の人気イベントとなっています。来年はぜひぜひお越しください。)

## 心の花びら

乱心のごとくタ立やってくる 小林合歓の会 尾辻和子  
力湧くスイカの届く郷便り 小林合歓の会 前田美知代  
夕立にかけだす姿いまは見ず 小林合歓の会 清水勝  
野良猫がすり寄りくるは白雨かな 小林合歓の会 入佐典子  
ひまわりのゆざりとせぬ立姿 小林合歓の会 青山スミ子  
梅雨明けし空見あぐればキヤラの花蕾まんまる雲にぬれて 小林市あやめ短歌会 前満英子  
ひなもり園庭のにぎやか目借時／トラクタのすたこら辻や芒種かな 上久保年治  
雨なしで人は生きてはゆけぬけど雨の怖さをみせつけておる 山茶花

## お便りまっます

- ①すくすく (3歳未満)  
お子さんの写真に名前、ふりがな、性別、誕生日、住所、保護者名を添えて、送付ください。  
※すぐには掲載できない場合があります。
- ②よもやまトーク  
広報紙の感想や最近思うことなど。
- ③心の花びら  
短歌や俳句など。
- ④疑問質問Q&A  
わからないことやちょっとした疑問、気付いたことなど。  
※いずれも氏名・住所・連絡先を記入ください。左頁の広報クイズにもレツトライ!!  
【送付先】  
・地方創生課  
〒886-8501 小林市細野 300 番地  
Tel 23 - 1148  
メール info@city.kobayashi.lg.jp

## 編集後記

**細** 野 ママーズの前原直美さん取材した時のこと。自分が幼い時に読んだ絵本を、たまたま前原さんをお持ちになっていた。した。絵本は捨てずに次の代へ引き継ぐことが重要だとか。私の実家にも絵本が残っているのか。今度確認してみます。(吉丸典宏)

**す** きむらんのSUPとカヤックの体験を撮影しました。小野湖を囲む森、そして空のグラデーションは絶景。子どもたちも、自然に囲まれてとても楽しそうに遊んでいました。今年の夏は、小野湖で水上アクティビティを楽しんでみてはいかがですか？(森本潤葵)

## こすもにき diary

画：友安よーいち  
第51話「普通より本物がいい!？」



## 広報クイズ

**問題：今月の小林人は、読み聞かせ団体 細野OOOO 代表 前原 直美さん**  
◆ヒント：11 ページから探してください。  
クイズの答・興味を持ったコーナー3つ・住所・氏名・電話番号を明記して応募してください。今月は、抽選で5人に「西諸弁ポスター切手&ポストカード」をプレゼント。  
【締切】8月17日(金曜)〔当日消印有効〕  
応募は一人1枚まで。広報こばやし7月号のクイズの答えは「特定健診」でした。抽選の結果、正解者の5人に景品を贈りました。  
※プレゼントを提供くださる方も募集しています。  
【宛先】〒886-8501 (住所不要) 小林市地方創生課広報  
FAX：23 - 6650 E-mail：info@city.kobayashi.lg.jp

## 人のうごき (小林市の人口)

人口	44,657人	(-52、-601)
男	20,690人	(-5、-217)
女	23,967人	(-47、-384)
世帯数	19,619世帯	(-20、-33)
平成30年7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。		
※平成28年10月26日に公表された「平成27年国勢調査確定値」を反映しています		

## SUKUSUKU すくすく 皆さんの投稿をお待ちしています!



まつだ つむぎ  
松田 紬 くん  
平成29年8月31日生

いつも元気いっぱいな紬くん、  
優しく笑顔が素敵な子に育ってね♡  
父：寛次 母：彩



たていし りょうたろう  
立石 涼太郎 くん  
平成29年8月8日生

毎日元気いっぱい笑顔満開の涼ちゃん!!  
のびのびすくすく大きくなーれ♡  
じーちゃん、ばーちゃん、いつもありがとう!  
父：大三 母：ゆかり



うど ゆうみ  
鵜戸 侑実 ちゃん  
平成30年4月17日生

たくさんの愛情で、  
すくすく元気に育ってね♪  
父：雅也 母：春奈



たうら あらた  
田浦 新 くん  
平成28年10月9日生

3人のお兄ちゃんと  
仲良くたくましく育ってね。  
父：康博 母：ちひろ



まえだ りさこ  
前田 理咲子 ちゃん  
平成28年3月23日生

お兄ちゃん達と楽しく遊んで  
すくすく元気に育ってね。  
父：将太郎 母：恵理



まつがの はるき  
松ヶ野 暖瑠聖 くん  
平成29年4月12日生

いつもニコニコ笑顔にみんな癒されています!  
これからも思い出たくさん作ろうね。  
父：貴靖 母：望

## POST CARD

886-8501

小林市役所 地方創生課  
広報こばやし編集室 行

(広報こばやし№149 2018.8月号)

お手数です  
が62円切  
手をお貼り  
下さい

フリガナ  
ご氏名

(イニシャルまたはペンネームも記入ください)

ご住所

電話 ( )-( )-( )

興味を  
持った

コーナー  
3つ

クイズの答

一点線に沿って切り取ってください。(官製はがきでも可)。お便りはFAX、Eメールでも受け付けています。



## 介護保険訪問調査員

介護認定申請者の自宅や施設を訪問し、申請者や家族などに認定に必要な聞き取りや介護保険制度の利用に関する相談などの業務を行う「介護保険訪問調査員」を募集します。

## ◆任用期間

9月1日

※平成31年3月31日  
※その後1年単位で任用の延長があります。(最大5年まで)

## ◆勤務時間

月曜～金曜のうち週30時間

## ◆報酬 月額18万円

※件数加算があります。

## ◆身分・補償

小林市非常勤特別職となります。勤務中の事故や災害を受けた場合は、公務員災害補償を受けられます。

## ◆定員 2人程度

## ◆資格要件

次の①～③の要件をすべて満たしている人

①介護支援専門員の資格を所持し、実務研修を修了した人

②健康で介護保険事業の訪問調査員に適すると認められ

ること

③普通自動車以上の免許を所持し、自家用車を持ていること(自家用車での訪問となります)

## ◆受付期間

8月6日(月曜)  
～17日(金曜)

※郵送の場合は、8月17日(金曜)必着

## ◆提出書類

①履歴書(市販の履歴書用紙に自書し、上半身(胸から上)の写真を添付)

②介護支援専門員実務研修了証書の写し

③表に「介護保険訪問調査員応募」と朱書きした封筒に入れてください。

## ◆選考方法

・一次選考 書類審査

・二次選考 面接試験(日時・場所は、一次選考合格者に通知します)

## ●問

・長寿介護課  
Tel 23・11440

## 小林小・中学校のサポートスタッフ

教育委員会では、市内小中

学校で教職員の事務的業務の補助を行う「サポートスタッフ(臨時職員)」を募集します。

## ◆定員 4人

## ◆任用期間

8月27日～(6か月以内)

※必要に応じて平成31年3月31日まで更新する場合があります。

## ◆勤務日・勤務時間

月曜～金曜

8時～16時の間で4時間  
※秋季休業・冬季休業を除きます。

※学校行事などで勤務日を振り替える場合があります。

※勤務時間は学校長と相談の上、決定します。

## ◆勤務場所

小林小学校または小林中学校

◆時給 774円

◆業務内容 プリントの印刷・配付業務、授業準備・採点業務の補助など

## ◆応募要件

・パソコンの基本操作(ワード・エクセル)ができる人

・熱意をもって教職員の業務補助を行う人

◆募集締切 8月20日(月曜)  
◆郵送の場合、8月20日(月曜)必着

## ◆応募方法

履歴書(市販のもので可)を学校教育課へ持参または郵送ください。

## ◆試験期日

8月22日(水曜)

※時間と場所は連絡します。

## ◆試験内容 面接試験

## ◆その他

雇用保険・労働者災害補償保険が適用になります。(健康保険・厚生年金保険は無)交通費などの支給はありません。

## ●申・問

・学校教育課

Tel 23・0424

## 講座・催し

## 第5回宮崎こばやし熱中小学校オープンスクール

大人の学びの場「宮崎こばやし熱中小学校」の第5回オープンスクールを開催します。宮崎こばやし熱中小学校は、「もういちど、7歳の目で世界を」をキャッチフレーズに、各業界で活躍する講師を招いて、学びの機会を提供

し、講師や参加者との交流に根ざした新しいチャレンジを生み出していく場所です。

## ◆日程

8月18日(土曜)  
12時30分～17時15分

## ◆場所

KITTO小林2階交流スペース

## ◆対象

学びや交流に興味のある人、新しいことにチャレンジしたい人

## ◆講師

・藤井直敬先生(株式会社ハコスコ代表取締役)

・稲見昌彦先生(東京大学先端科学技術研究センター教授)

・千葉祐士先生(株式会社門崎代表取締役)

◆定員 100人

## ◆申込先

電話または同校ホームページの申込フォームから申込む(ホームページは「小林市熱中小学校」で検索ください)

●申・問  
・宮崎こばやし熱中小学校事務局

Tel 48・5558

## アルコール家族教室

家族や友人など身近な方のアルコール問題で悩んでいませんか。アルコールについての正しい知識や対応方法、健康障害について学び、身近な方の治療や回復について一緒に考えていきましょう。

## ◆日程

8月14日(火曜)

13時30分～15時30分

## ◆場所

小林保健所1階会議室

## ◆内容

アルコール関連の健康問題に関する教室

## ◆参加費 無料

## ●問い

・小林保健所  
Tel 23・3118

## 外来魚被害防止釣り大会

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18日(土曜)、19日(日曜)

※検量時間は2日間とも14時～15時まで

※1日のみの参加でも構いません。

※開始時間は設定していませんが、釣った魚は検量時間までに検量場所まで持ってきてください。

## ◆場所

御池(検量および表彰式は皇子港)

◆対象 小学生以上

## ◆費用 無料

## ◆その他

・釣り方は岸釣りに限ります。

・ブラックバス部門、ブルギル(ハス含む)部門の2部門があります。

・8月19日(2日目)の15時から結果発表と表彰式を行います。

2日間総合の検量尾数(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、ブルギル部門1～10位の方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

多文化共生事業  
にほんごサロン

市内在住または在勤の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市内に在住または在勤の外国籍の人(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はありません。

## ◆日時

9月22日(土曜)、10月13日(土曜)、11月10日(土曜)、12月1日(土曜)、平成31年1月12日(土曜)、2月9日(土曜) 10時～12時

※12月1日(土曜)は文化交流「書道体験」となります。

◆場所 小林中央公民館

## ◆申込方法

電話で申し込むか、任意の用紙に「にほんごサロン申込」と記入し、住所・氏名・電話番号を明記の上、ファックスまたはメールで申し込みください。

※専用の申込用紙は市ホームページでもダウンロードできます。

## ◆費用 無料

◆募集締切 9月7日(金曜)

## ●申・問

・地方創生課

Tel 23・1148

Fax 23・6650

Mail kokusai@city.kobayashi.gjp

kobayashi.gjp

## やっぱり元気がよか！

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

## 杖の長さの選び方

杖は長すぎても短すぎても、体に合わなければ、正しい歩行姿勢が取れず、悪影響を及ぼすことがあります。杖の長さを簡単に計算する方法として以下の式がよく用いられます。

## 杖の選び方の目安

【杖の長さ 計算式】  
(身長) ㍑×0.5 + 2～3 ㍑= 望ましい杖の長さ



前方外側 20 ㍑の位置に杖をついたとき、肘が 30 度程度曲がる長さが適正です。

杖の種類も通常使用される一本杖から、四脚杖などさまざまありますので、疲れずに使いやすいと感じる種類や長さのものを選びましょう。

## 公共施設清掃講習

清掃の基本作業を中心に機械器具（ポリッシャー他）の取扱、タオルやモップ、洗剤の使い方、ガラスクリーニング作業などを学びます。実技の時間を多く取入れ、官公庁・図書館・公民館等で働ける技術を習得し、就業を目指します。

## ◆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関連分野での就業を希望する人

## ◆講習日程

8月27日（月曜）、28日（火曜）のうちのどちらか1日  
4～5時間程度

## ◆定員 各10人

◆募集締切 8月20日（月曜）

## ◆場所

市シルバー人材センター

## ◆受講料 無料

## ◆申込用紙提出・配布先

ハローワーク小林、小林市シルバー人材センター、宮崎県シルバー人材センター連合

会

## ◆問

・（公社）宮崎県シルバー人材センター連合会  
Tel 0985・31・3775

TENOSSE  
講座情報新しい働き方について学ぶ  
「ネクストワークラボ」

副業・フリーランス、リモートワーク、起業など、新しい働き方をする人は年々増え続けています。そのような新しい働き方の実践者を招き、実際に学ぶイベントを開催します。皆で新しい働き方やその可能性について考えましょう。

## ◆日程

9月1日（土曜）

17時～18時30分

## ◆ゲスト

ITO DESIGN  
ROOM 伊藤 斉氏

## ◆場所

小林市コワーキングスペース  
TENOSSE

◆費用 無料

## ◆クリエイティブラボ

無料で始める！

## 簡単WEBサイト作成編

ビジネスやコミュニケーションに欠かせないツールとなっているWEBサイト。難しく思われがちですが、簡単に無料で作れるんです！今回はWEBサイトづくりをレクチャーしながら、実際に作成チャレンジも行います。

※ノートパソコン持参推奨、無料レンタルできます。

## ◆日程

8月18日（土曜）

17時～19時

## ◆コーディネーター兼講師

株式会社ミライガタリ

代表取締役 上岡 裕氏

## ◆場所

小林市コワーキングスペース  
TENOSSE

## ◆定員 15人

## ◆費用 無料

## ◆申・問

市コワーキングスペース  
TENOSSE

Tel 27・4711

空き家の活用について語り合う  
「あきや喫茶」

市でも毎年空き家は増え続

けています。空き家は、活用すれば地域の貴重な資源となる一方で、放置すると様々な問題を引き起こすこともあり

ます。お茶を飲みながら、空き家の活用についてみんなで語り合う場に、是非参加してみませんか（月1回開催）。

## ◆日程

9月5日（水曜）

14時～15時

## ◆場所

市コワーキングスペース  
TENOSSE

## ◆対象

市内に空き家を持っている人、その予定のある人

◆費用 300円（お茶代）

※申し込みは不要です。

## ◆問

市コワーキングスペース  
TENOSSE

Tel 27・4711

文化財巡り  
バスツアー

小林市ガイドボランティア協会主催による歴史・文化にふれる文化財巡りバスツアーを開催します。今回は、『西諸広域文化財マップを巡る』

というテーマで史跡巡りを企画。小林市・えびの市・高原町の主要文化財をまとめたマップを手に西諸地域の歴史を感じてみませんか。

## ◆日時

8月22日（水曜）

8時50分～16時30分

※8時40分までに集合してください。

## ◆集合場所 慈敬園前駐車場

## ◆見学場所

高原町王子神社、えびの市飯野城跡など西諸地域（小林・えびの・高原）の文化財を巡ります。

## ◆昼食

各自昼食（弁当等）をご用意ください。

◆費用 100円

※当日に徴収します。

◆定員 25人

※申込多数の場合、抽選

◆申込期限 8月14日（火曜）

◆申込方法 電話で申し込みください。

## ◆その他

動きやすい服装、暑さ対策（水筒・帽子・タオルなど）をご用意ください。

## ◆申・問

・社会教育課  
Tel 22・7912

福祉の仕事就職  
面接・相談会

福祉の仕事へ就職を目指す人はもちろん、福祉の仕事に興味のある人、資格のない人でも気軽に相談出来ます。

## ◆対象者

福祉の仕事を目指す人

## ◆日時

8月23日（木曜）

13時～16時

## ◆場所

宮崎観光ホテル

東館3階 光耀

## ◆その他

参加費・申込は不要です。詳しくは、宮崎県福祉人材センターホームページをご覧ください。

## ◆問

・宮崎県福祉センター

Tel 0985・32・9740

## 勤労青少年ホーム講座

季節を楽しむ講座  
～秋・冬編～

秋・冬を彩る料理や飾り！みんなで楽しく作りましょう。おはぎ・千歳飴とオーナ

メント・かぼちゃ料理・おせちの中から簡単黒豆煮など盛りたくさんです。

## ◆日時（全4回、第2木曜）

9月13日～12月13日

19時～21時

## ◆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 500円

※材料代が別途必要です。

◆定員 10人

◆申込締切 8月30日（木曜）

◆受付時間

月曜～金曜 9時～17時

## ◆問

・中央公民館

Tel 22・3482

## 短期講座

## パソコン教室（有料）

小林高等職業訓練校でビジネスソフト（WORD・Excel）を活用したプログラミング技術を学びませんか。専門講師が丁寧に指導いたし

ます。

## ①パソコン

インターネット講座

## ◆日時（5回コース）

9月10日（月曜）

～14日（金曜）

9時～12時

## ②初心者のための

Excel講座

## ◆日時（6回コース）

10月1日（月曜）

～22日（月曜）

19時～21時

## ③Excel関数講座

## ◆日時（6回コース）

10月29日（月曜）

～11月14日（水曜）

19時～21時

※②・③は、両方受講されると受講料がお得です。

## ◆申込締切

① 8月30日（木曜）

②・③ 9月14日（金曜）

◆定員 各コース10人

※5人未満の場合は開講できません。

## ◆その他

各コース無理なく学べます。日程・内容・費用など詳しくは、問い合わせください。

## ◆問

・小林高等職業訓練校

Tel 23・6800

就業支援講習会  
医療事務講習会

宮崎県母子寡婦福祉連合会は、県内のひとり親家庭の母、父または寡婦を対象とした就業支援講習会・医療事務講習会を開催します。

## ◆日程

9月10日（月曜）

～12月3日（月曜）

毎週月曜・水曜・金曜

18時30分～20時30分

※祝日を除く

◆定員 20人程度

◆場所 都城中央公民館

## ◆対象

宮崎県内のひとり親家庭の母、父及び寡婦の方で、講習会の全日程に出席できる人

## ◆内容

医療事務講習会（60時間）

## ◆費用

・テキスト代 7576円

・検定料 7500円

## ◆応募書類

・平成30年度就業支援講習会受講申込書

※申込書は子育て支援課でも配布しております。

・児童扶養手当証書の写し

## ◆問

## ひきこもり・ひきこりの健康相談

こころの健康について悩みのある人やその家族を対象に「こころの健康相談」を行っています。不安や悩みが続いている、気分が沈む、眠れない、神的な病気の心配があるなど、気になることがある際は、お気軽に相談ください。

## ◆日程

8月28日（火曜）

13時30分～15時30分

◆場所 小林保健所

## ◆内容

精神科医師によるこころの健康相談

◆参加費 無料

## ◆予約

事前に電話で予約してください。

## ◆問

・小林保健所

Tel 23・3118

## 保健・福祉

・宮崎県母子寡婦福祉連合会  
Tel 0985・22・4696

## 集団健（検）診を行います！

9月の集団健（検）診を行います。健（検）診によって、受診対象者や金額が変わりますので、詳しくは、5月初旬に発送した封筒を確認するか、問い合わせください。なお、個別健（検）診を希望する人は、直接医療機関へ申し込みください。

◆健（検）診名・日程・場所  
セツト健（検）診「特定健診、各種がん検診（肝炎ウイルス・前立腺・胃・大腸）同日可」

・9月4日（火曜）、9日（日曜）、12日（水曜）  
中央公民館

・9月20日（木曜）  
西小林地区体育館

◆肺がん検診  
・9月19日（水曜）、27日（木曜）  
八幡原市民総合センター

・9月21日（金曜）  
野尻町保健福祉センター

・9月30日（日曜）  
市保健センター

◆子宮がん検診  
・9月6日（木曜）  
午前・午後：中央公民館

## 案内

### JR吉都線臨時便が運行します

2018高崎夏まつりにおいて、JR吉都線の臨時便が運行します。イベント会場に行かれる際は、ぜひJR吉都線をご利用ください。

#### ◆日程

8月18日（土曜）

※雨天時は、まつりが翌日に順延されるため翌日に運行

#### ◆行きダイヤ

①西小林駅16時29分発

高崎新田駅16時59分着  
②西小林駅17時53分発

高崎新田駅18時28分着  
③西小林駅18時52分発

高崎新田駅19時23分着  
◆帰りダイヤ（臨時便）

①高崎新田駅22時10分発  
西小林駅22時40分着

◆高崎夏まつり  
◆日時

8月18日（土曜）  
17時30分～21時30分

9月2日（日曜）

野尻町保健福祉センター

9月11日（火曜）

午前・須木総合ふるさとセンター

午後・八幡原市民総合センター

◆9月20日（木曜）  
市保健センター

#### ◆申込方法

事前の申込みが必要です。小林市集団健（検）診インターネット予約サービス（「小林市がん検診」・「小林市集団健診」で検索、または左のQRコードを読み取ってください）から申し込みいただくか、健康推進課まで電話ください。なお、定員に達しており、予約できない日程もありますのでご了承ください。



QRコードを読み込むと、申込サイトにアクセスできます

#### ◆申込期限

インターネットでの申込・変更は、検診日の11日前までです。それ以降は、健康推進

課まで電話ください。

#### ●問

・健康推進課

Tel 23・0323

## 案内

### さといも疫病対策

近年、被害が続くさといもの疫病対策について、以下のことに注意しましょう。

①発病前からの定期的な防除  
疫病を予防する「ジーフアイン水和剤」を定期散布し、発病を遅らせましょう。

②治療に効果的な資材の使用  
疫病発生を確認したら、すみやかに「アミスター20フロアブル」を散布しましょう。発生が広がってからでは、被害を抑えることはできません。

#### ◆さといもでの登録内容

・資材名  
アミスター20フロアブル  
・作物名 さといも  
・適用病害虫名 疫病  
・希釈倍数 2000倍  
・使用液量  
100（300）リットル／10アール  
・使用期間 収穫14日前まで

・本剤の使用回数 3回以内

・使用方法 散布

③展着剤の使用

防除効果を上げるために、展着剤を加用しましょう。

④防除通路を決める

薬散作業で入る通路を決め、作業による病害の拡大を抑えましょう。

●問  
・西諸県農業改良普及センター  
Tel 23・5105

### のじりこぴあ観光バラ園跡地の貸し付け

のじりこぴあ観光バラ園跡地の有効活用を図るため、賃貸物件として貸し付けを行います。新規作物の導入や地域に波及効果のある作物の栽培等、農業経営に意欲のある方を募集します。

#### ◆申込締切

8月17日（金曜）

#### ◆申込方法

野尻庁舎地域振興課まで問い合わせください。

#### ◆所在地

小林市野尻町東麓  
5110番地4

◆施設の面積

・温室ハウス 4433㎡  
・事務所 159・4㎡  
・作業棟 153・82㎡  
・機械室 21・0㎡

◆施設の概要  
平成8年3月建設、養液栽培（水耕）施設  
●申・問  
・野尻庁舎地域振興課  
Tel 44・1100

### 『ごみ分別虎の巻』配布中！

『平成30年度改訂ごみ分別虎の巻』を配布しています。ご利用ください。

#### ◆配布場所

生活環境課、清掃工場、総合案内、須木庁舎住民生活課、野尻庁舎住民生活課、西小林・紙屋出張所

●問・生活環境課 Tel 23-8122



### 『メロンばなし』

ジュドウソスイエテ  
Jeux de société



社会的なゲーム

フランス人は昔から、「jeux de société」、つまりボードゲームで遊ぶ習慣があります。カルタはないですが、人狼ゲーム、ウノやモノポリーに加えて他にもたくさんのゲームがあります。子供の頃から家族と一緒に遊んで、学校でも学年が終わった頃みんなが好きなゲームを持って来て友達と遊びます。大人になってもあまり変わらないです。大人向けのゲームも数えきれないほどあります。気になるけど買いたくないときは、ゲームバーやゲームカフェでも同僚や友達とたくさんのゲームに挑戦できます。

### ALTの『英語コラム』

自己紹介  
Introduction ～リスキー先生～

Hello, my name is Risky. Risky is my full name. I don't have a last name. I am from Indonesia. It is common to have only one name in Indonesia. In English, Risky means dangerous, but in Indonesian Risky means blessing. I hope that I can be a blessing for everyone as an ALT in Kobayashi. Sampai Jumpa!

こんにちは、私の名前はリスキーです。リスキーは氏名です。苗字はありません。私はインドネシア出身です。インドネシアでは（苗字がなくて）名前だけというのは一般的です。英語では、リスキーとは危険という意味ですが、インドネシア語では祝福という意味になります。小林市のALTとしてお役に立てることができたいと思います。皆さんと会えるのを楽しみにしています！



●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	8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	8月16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

都城年金事務所 Tel 0986-23-2571

## その他のイベント

「二原遺跡公園公開日」

8月19日(日)  
9:30～11:30

[場] 二原遺跡公園

## 税・保険料の納付期限

※納期限は8月31日(金)です。

市県民税(2期)
介護保険料(4期)
国民健康保険税・後期高齢者医療保険料(2期)

## 農地移動申請

場所 農業委員会事務局

時間 8:30～17:15

受付開始日 8月9日(木)

受付締切日 8月15日(水)

## これは何ごみ? 答え

コーヒーなどのボトル缶や栄養ドリンクびんのふたは、「燃やさないごみ」で出してください。なお、缶詰のふたはリサイクル品です。

●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
8/14 火	人権・行政・なやみごと	東館1階相談室	10:00～15:00
8/21 火	人権・なやみごと	東館1階相談室	
8/28 火	人権・なやみごと	東館1階相談室	
9/4 火	人権・行政・なやみごと	須木総合ふるさとセンター	10:00～15:00
9/6 木	人権・行政・なやみごと	野尻町保健福祉センター	

●わかちあいの会(自死遺族のつどい) 小林保健所 Tel 23-3118

月 日	会 場	時 間
8月23日(木)	小林保健所	13:00～15:00

●障がい者相談員による定期相談会 福祉課 Tel 23-0111

月 日	会 場	時 間
8月26日(日)	八幡原市民総合センター	13:00～16:00

## こころの電話相談

ひとりで悩まないで! 誰かに話してみませんか?

毎週月曜日 20:00～22:00

●問: NPO 法人こばやしハートム

電話番号は 27-1850

## 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	8月	9月
水流迫、東方1・2	1	4
真方1・2・3	2	3
南西2・3、通り町	3	5
南西1の西、南西4本町、新生町	6	5
南西1の東、種子田	7	6
北西1・3、緑町	8	7
北西2、坂元	10	11
西町1・2・3 南島田	9	10
仲町、永田町、後川内	16	12
細野2・3、南真方	23	13
細野1、南真方西	24	21
南真方東、上町、上町西	28	26
上町中、上町東、上町北	29	27
西堤、南堤	30	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?



「ボトル缶や栄養ドリンクびんのふた」

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)	9:00～11:30	小林市保健センター
赤ちゃん健診	9月7日(金)	受付 12:45～13:15	
3歳児健康診査	8月10日(金)	受付 12:30～13:15	
キッズフロア	9月5日(水)	受付 9:30～11:00	
もぐもぐクッキング	8月29日(水)	離乳初期(受付)・要予約 13:15～13:30 離乳中後期(受付)・要予約 14:30～14:45	
1st パースデイ 健康相談	9月5日(水)	受付・要予約 13:10～13:30	
歯っぴ〜教室	8月22日(水)	受付・要予約 13:00～13:30	
パパママ教室	9月3日(月)	受付・要予約 9:10～9:25	

●にここ運動教室(13:30～15:30)

問: 社会福祉協議会野尻支所 Tel 44-1206

場 所	8月	9月
野尻町保健福祉センター	21日(火)、28日(火)	4日(火)

●健康相談

月 日 曜	種 類	会 場	時 間
8/21 火	まちかど健康相談	ゆ〜ぱるのじり	10:00～12:00
8/23 木		トライアル小林店	13:30～15:30
8/23 木		TENAMU ビル	14:00～16:00
9/7 金		小林市役所	13:30～15:30

●けんしん相談会 健康おうえん教室

健診を受診した人が対象の健康相談。健診結果を持っている人は当日持参ください。

月 日	会 場	申し込み先
8月30日(木)	小林市保健センター	完全予約制 23-0323

## 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
8	11 土	すわクリニック 22-6489 桑原記念病院 22-4138
	12 日	高崎皮膚科医院 22-8521 和田クリニック 23-5653
	19 日	園田病院 22-2221 内村病院 23-2575
	26 日	槇内視鏡内科医院 22-2819 整形外科押領司病院 22-3131
9	2 日	柊山医院 22-2503
	9 日	堀胃腸科外科医院 23-3988 桑原皮膚科医院 22-5528

※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。

まこてよかとかじゃっど！  
日本神話の郷 **霧島岑神社**



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

**meiji** 明治牛乳 谷口宅配センター  
電話 0984-44-2153  
FAX 0984-44-2162



**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/Fax22-5142  
〒886-0003 小林市堤 3727 番地1  
<http://wada-clinic.or.jp/> 和田クリニック

**MYAUCHI (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

**広告は、  
あなたのお店の  
第一印象です。**

チラシ、伝票、はがき、封筒、シール、ラベル、  
名刺、パンフレット、ポスター、チケット、  
掛紙、包装紙、カレンダー、カルテ、冊子、  
賞状、ステッカー、タオル、のぼり、垂れ幕、  
写真撮影、ポイントカード、メニュー表、  
Tシャツデザイン …etc

デジタルCTP設備により  
カラー印刷がより鮮明になります。


**株式会社 こさの印刷**  
小林市梅の天神下（山麓線）  
TEL.(0984)27-0050(代)FAX.(0984)27-0051  
E-mail:kozonoinsatsu27-0050@guitar.ocn.ne.jp

**会社説明見学会 & 面接相談会**  
説明見学会だけでもOK！職場の雰囲気や仕事の仕方がわかります！

【日時】 8月21日(火曜日) 1回目 午後 3時  
8月22日(水曜日) 2回目 午後 6時  
8月23日(木曜日) 3回目 午前 10時

【場所】 小林市細野334-4(宮崎支社)

【お申し込み】 通話料無料0120-723-250まで



秘書センター株式会社  
宮崎小林コンタクトセンター