

### 募集

#### 小林市総合文化祭 出品者募集

小林市総合文化祭を開催するにあたり、市民を対象に出品者を募集します。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(土曜)、4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
- ◆詳細は問合わせください。
- ◆作品搬入 11月2日(金曜) 13時~19時 ※生け花は21時まで
- ◆作品搬出 11月4日(日曜) 16時~18時 11月5日(月曜) 9時~12時
- ◆申込締切 10月16日(火曜)
- ◆短歌・俳句は、9月28日(金曜)

### ◆申込用紙配布場所

- ・社会教育課(中央公民館) TEL 22・7912
- ・教育部須木分室(須木総合ふるさとセンター) TEL 48・2266
- ◆野尻会場
- ◆開催日 11月3日(土曜)、4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
- ◆詳細は問合わせください。
- ◆作品搬入 11月2日(金曜) 13時~18時
- ◆作品搬出 11月4日(日曜) 15時~17時 11月5日(月曜) 9時~12時
- ◆申込締切 10月16日(火曜)
- ◆申込用紙配布場所 教育部野尻分室
- ◆TEL 44・1100

### 講座・催し

#### 中央公民館講座 らくらくヨガ& 気功講座

ヨガと気功を組み合わせた動きで、自分のペースで健康に！身も心もほぐしましょう。

- ◆日時(全4回) 10月12日(金曜)、11月9日(金曜)、30日(金曜)、12月7日(金曜)
- ◆費用 500円

- ◆定員 20人
- ◆申込多数の場合、抽選
- ◆申込締切 9月27日(木曜)
- ◆場所 中央公民館
- ◆必要なもの 運動できる服装、ヨガマット、バスタオル
- ◆※ヨガマットは貸出しがあります。
- ◆対象 市内在住または在勤の人
- ◆受付時間 月曜~金曜 9時~17時 ※土日、祝日を除く。
- ◆問 中央公民館 TEL 22・3482

#### 空き家の活用について語り合う「あきや喫茶」

市では毎年空き家が増え続けています。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があります。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、参加してみませんか(月1回開催)。

- ◆日程 10月3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

#### 第34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催します。贈答品、食器、工芸品、野菜などたくさんのお品物を用意しています。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。たくさんのご来場お待ちしております。

- ◆日時 10月20日(土曜) 10時開場
- ◆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。

#### 第27回福祉しよっぱ E m i・A s u

障がい福祉サービス事業所などで作られた製品を展示・販売し、障がいについての理解促進を図るため、福祉しよっぱを開催します。

- ◆日程 9月21日(金曜) 10時~13時
- ◆※商品が売り切れ次第終了
- ◆場所 市役所本館1階 多目的スペース
- ◆展示・販売商品 クッキー、パン、ドレッシング、季節の野菜・果物、加工食品、手工芸品、木工作品など
- ◆問 福祉課 TEL 23・0111

#### 小林市立図書館

### 今月のおすすめ図書

◆一般書籍◆  
『異形の大国を操る 習近平の真意』  
著者：長谷川 慶太郎  
発行：李白社

#### ◆児童書◆

◆一般書籍◆  
『子育てでカラダが限界なんですか どうすればいいですか?』  
著者：斎藤 充博  
発行：青月社

『シルクロードのあかい空』  
文・絵：イザベル・シムレー  
訳：石津 ちひろ  
発行：岩波書店



私のおすすめ!

『たのきゅう』  
作：川端 誠  
発行：クレヨンハウス  
読んだ感想  
たのきゅうとうわばみ(大蛇)の掛け合いや、最後のどんでん返し楽しい落語絵本です。

# 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。

POST CARD

### 乗り合いタクシー時刻表 (細野団地 - 小林駅南口)

◆細野団地→小林駅南口 (行き便)

	行き1便	行き2便	行き3便
細野団地	9時00分	10時00分	12時50分
十日町	9時04分	10時04分	12時54分
城山団地	9時06分	10時06分	12時56分
小林駅南口	9時10分	10時10分	13時00分

◆小林駅南口→細野団地 (帰り便)

	帰り1便	帰り2便
小林駅南口	12時30分	15時00分
城山団地	12時34分	15時04分
十日町	12時36分	15時06分
細野団地	12時40分	15時10分

### 文化の足跡

#### ～西郷どんとこばやし Vol.4～ 『西郷軍銃器製造所跡』

明治10年6月13日、小林に転進した西郷軍は地頭仮屋周辺に小林本営を設置し、真方の愛宕山の円岳寺跡(現、浄信寺)にあった小林小学校校舎に銃器製造所を設けました。愛宕山の時鐘をはじめ、周辺民家から金具類の道具を徴発し、弾薬を製造したと言われています。

西南戦争では両軍の主力銃は異なり、官軍は装弾しやすく連射可能な最新式の銃を使用。対する西郷軍は、旧式で前込弾式の銃を用い戦いました。この戦争で弾薬の消費量はすさまじく、官軍でさえ国内での弾薬製造が間に合わず外国からの輸入でしのいだと言われています。当然、反乱軍としての西郷軍は、他地域からの補給・救援は受けられず、そのため行く先々で弾薬を製造する必要があったと考えられます。



### 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。

- ◆日時 9月22日(土曜) 17時～18時30分
- ◆ゲスト 野菜ソムリエ 大角 恭代さん
- ◆場所 市コワーキングスペース TENOSSE
- ◆対象 誰でも参加できます。
- ◆費用 無料
- ◆クリエティティブラボ 「無料で始める! 簡単WEBサイト作成編Vol.2」
- ◆仕事や情報発信の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、実は全くの知識0からでも簡単に作れるんです! 今回はWEBサイト作りを学びながら、実際に作成も行いま

### 冬休み海外研修 交流事業

(公財)国際青少年研修協会では、海外生活を通して異文化交流を体験し、国際感覚を養うことを目的に、5コースの海外研修交流事業を実施します。事前研修会などを通して仲間づくりからサポートします。学生時代に海外生活を体験する貴重な機会ですので、ぜひ申し込みたいと思います。

- ◆コース オーストラリアコース・カナダコース・サイパンコース・フィリピンコース・カンボジアコース
- ◆内容 ホームステイ、クリスマス体験、英語研修、文化交流、地域見学など
- ◆日程 12月23日(日曜)～1月4日(金)の内、6～10日間 ※コースにより異なります。
- ◆対象

### 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

### 認知症予防

認知症は放置すると症状が進行してしまうことがあります。進行を抑えるためには周囲の人たちが、以下のサインを早期に察知することが大切です。

- ・同じことを何度も尋ねる
- ・好きだったことに興味を持たなくなる
- ・身だしなみに気を遣わなくなる
- ・料理の味付けが変わる

日常生活の中で日記をつけたり、料理を作ること、将棋や麻雀など頭を使うゲームをすることも認知症予防に効果的です。積極的に取り組みましょう。



水分摂取、排便、食事、運動は予防の基本

長寿介護課 海蔵美智子さん

市コワーキングスペース  
TENOSSE  
Tel 27-4711

### チャット・サロン (英語編)

市では、英語でのコミュニケーションを体験する環境づくりのため、実際に英語でおしゃべりする「チャット・サロン(英語編)」を開催します。市内在住の外国人と気軽に英会話を楽しんでみませんか。

- ◆日時 9月29日(土曜) 10月27日(土曜) 12月22日(土曜) 1月26日(土曜)
- ◆時間 10時30分～11時30分
- ◆場所 KITTTO小林2階
- ◆対象 市内在住または在勤・在学中で、15歳以上の人
- ◆原則、全4回参加できる人
- ◆18歳未満は、保護者の同意が必要になります。
- ◆定員 15人程度
- ◆申込多数の場合、抽選
- ◆申込方法 任意の用紙に住所、氏名、電話番号(18歳未満は保護者)

### 小林市戦没者追悼式

戦没者の遺徳をしのび、併せて戦没者遺族の労をねぎらい明るい平和な郷土にすることを誓うため、戦没者追悼式を開催します。

- ◆日時 10月5日(金曜) 10時～
- ◆場所 忠霊塔前広場
- 問・福祉課 Tel 23-0111

の氏名)を明記のうえファックスまたはメールで申し込みください。電話による申し込みもできます。ファックス、メールでお申し込みの際には、件名を「チャット・サロン」と明記してください。  
※専用の申込用紙は小林市ホームページでダウンロードできます。

問・地方創生課  
Tel 23-1148  
Fax 23-6650  
Mail k.kokusai@city.kobayashi.lg.jp

### 保健・福祉

#### ひきこもり・ニート の健康相談

こころの健康について、悩みのある人や家族を対象とした「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、精神的な病気の心配があるなど、気軽に相談ください。

Fax 03-6417-9724  
Mail info@kskk.or.jp

- ◆日時 9月25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
- ◆予約方法 事前に電話で予約ください。
- 問 小林保健所  
Tel 23-3118

## 集団健(検) 診を 行います!

10月の集団健(検) 診を行います。各種健(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  
セット健(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」
- ・10月12日(金曜)  
中央公民館
- ・10月15日(月曜)  
三ヶ野山地区体育館
- ・10月29日(月曜)  
中央公民館
- ◆肺がん検診
- ・10月4日(木曜)  
野尻町保健福祉センター
- ・10月10日(水曜)  
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
- ・10月19日(金曜)  
市保健センター

## 医療人材確保推進 事業費補助金

市では、市内に居住し、西諸管内の医療機関に就職した看護師・准看護師で、採用の日から起算して2年を経過していない人に対して各種補助制度を設けています。

- ①就職支度金補助  
市外から市内に住所を異動した人で、採用の日から起算して5年以上継続して就業予定の人。
- ②奨学金返還補助  
看護師などを養成する学校等に進学するにあたり、医療人材確保推進事業費補助金交付

## 小林市は「地域医療・健康都市」 を宣言しています

### かかりつけ医を持ちましょう!!

何でも相談できるかかりつけ医を持ちましょう。そのことが、自分の健康と限りある医療を大切にすることにつながります。

### 時間内の受診に努めましょう!!

夜間や休日の診療は急を要する人のためのもので、「平日は仕事があるから」、「昼間は忙しいから」といった自己都合の受診はやめましょう。

### 健康づくりを心がけましょう!!

何よりも大切なのは自分自身の健康です。日頃から生活習慣に気を配り、健康診査や検診を活用して病気の予防と早期発見に努めましょう。

●問=医療介護連携室 Tel. 22-3008



- ・10月21日(日曜)  
市保健センター
- ・10月22日(月曜)  
八幡原市民総合センター
- ◆子宮がん検診・大腸がん検診(同日可)
- ・10月15日(月曜)  
午前・午後・中央公民館
- ◆乳がん検診
- ・10月1日(月曜)  
市保健センター
- ・10月14日(日曜)  
市保健センター
- ・10月22日(月曜)  
午前・市保健センター  
午後・野尻町保健福祉センター

### ◆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コードを読み取りください)から申し込みいただくか、健康推進課まで電話ください。



QRコードを読み込むと、申込サイトにアクセスできます

※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。

### ◆申込期限

インターネットでの申込・変更は、検診日の14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

## 腎臓病を考える 集いセミナー

宮崎県腎臓病協議会小林市ブロック主催で腎臓病を考える集いセミナーを開催します。糖尿病の合併症予防に欠かせないフットケアについて、また腎臓にやさしい食事について一緒に学習しませんか。

### ◆日時

9月30日(日曜)  
9時~13時

※受付: 8時30分~

◆場所 中央公民館

### ◆対象

一般市民、糖尿病、腎臓病、高血圧、透析患者とその家族

◆費用 無料

## 案内

### 労働に関する相談 平日夜間・土日受付

県労働委員会では、労働者と使用者の間に生じた職場のトラブル(パワハラ、賃金未払、解雇など)について、随時、秘密厳守・無料で相談に応じています。期間中、平日夜間と土日を受け付けます。

### ◆受付日時

10月22日(月曜)~28日(日曜)  
平日 8時30分~19時  
土日 9時~17時

※土日に面談を希望する場合は、事前に連絡ください。

### ◆場所

県労働委員会事務局(県庁3号館6階)

### ◆相談方法

電話、面談、ファックス、インターネット(「宮崎県労働相談メール送信フォーム」で検索)

### ●問

県労働委員会事務局  
相談専用電話「働くあんしんサポートダイヤル」  
Tel. 0985-26-7538  
Fax. 0985-20-2715

## 『メロンばなし』

フランス ガンバレ  
アレ・レ・ブル



7月はフランスにちょっと帰って、14日にシャルル・ド・ゴール空港に着きました。14日のフランス祭の花火は疲れていて見なかったのですが、次の日はワールドカップの決勝がありました。フランスではフットボールが一番人気なスポーツですが、やはり普段興味のない人でも集まって大きな声で「アレー」と叫んだり、フランスの国歌の「ラ・マルセイエーズ」を歌って応援をします。ちなみに、フランス人でもカメルーンとアルジェリア系の Mbappé 選手やマリ系の Ngolo 選手の名前を間違えて「エムバッペ」や「エヌゴロ」と言ってしまう。

## ALTの『英語コラム』

### クリスマスの SUMMER ~クリス先生~

Hello! Recently I went to Shiiba Village (Miyazaki) and Kokonoe (Oita) for English Camp. I saw some familiar faces and met new students, and teachers from other countries (South Africa and India). After that, I took Britni and our toy poodle, Tanpopo, to a historic path in Kyushu. Do you recognize it? Let's go around Kyushu! Let's go, Kobayashi!

こんにちは! 最近、私はイングリッシュキャンプに参加するために椎葉村と九重(大分)へ行ってきました。そこでなじみのある生徒や新しい生徒、そしていろんな国の先生に出会いました(南アフリカとインド)。そのあと、ブリトニーとトイプードルのタンポポを、九州の歴史的な道に連れて行きました。ここがどこかわかりますか? 九州を巡ってみましょう! 小林の皆さんも九州を巡ってみましょう!

