

募集

「宮崎いのちの電話」ボランテア電話相談員を募集します

いのちの電話は、一人でも多くの人が生きる喜びを見出す手助けをすることを目的に、全国各地に50を超えるセンターで7000人余りのボランテア相談員が24時間365日活動する電話相談機関です。今回、「宮崎いのちの電話」開設に向け、電話相談員の第1期生を募集します。相談員になるための経験・資格は問いません。充実した研修制度があるので、未経験者でも安心して参加できます。

- ◆対象 20歳以上の電話相談を担当できる心身ともに健康な人
◆申込方法 まずは、事務局へ電話ください。その後、申込書などを送付します。
◆申込締切 12月7日(金曜)
◆申・問 宮崎いのちの電話設立準備事務局(医療法人真愛会高)

宮病院総務内) Tel 0985・33・9557

こばやし秋まつり2018 神輿の担ぎ手で参加しませんか

小林商工会議所では「こばやし秋まつり2018」に神輿の担ぎ手を募集しています。五穀豊穡への感謝を捧げ、みんなで「ほぜまつり」を盛り上げましょう。

- ◆日程 11月23日(金曜)
◆会場 国道221号線および中心市街地
◆募集内容・対象 山車の引手、神輿の手伝い 昭和50年以降生まれの男性 山車引きは厄払いの意味を込めて行います。厄年の昭和51・52・53年生まれの方は、ぜひ参加ください。
レディース神輿担ぎ手 高校生以上の女性
◆申込締切 11月16日(金曜)
◆申・問 小林商工会議所 Tel 23・4121

「わけもんの主張西諸大会」発表者募集

平成最後の「わけもんの主張西諸大会」で意見発表してみませんか。
◆開催日 平成31年1月12日(土曜)
◆場所 高原町総合保健福祉センターほほえみ館
◆年齢要件 平成元年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた者
◆発表内容 有権者または未来の有権者

として、政治や選挙について考えていること、感じていること、求めていることを自由に発表してください(5分程度)。

- ◆申込締切 11月30日(金曜)
◆申・問 選挙管理委員会事務局 Tel 23・1143

登録統計調査員募集

統計調査員として登録したい人を随時募集しています。国や県が実施する統計調査の

際に、優先的に依頼して調査を行う制度です。

- ◆対象 ①満20歳以上の人 ②責任を持って調査事務を遂行できる人 ③調査で知り得たこと機密を保持できる人 ④警察・税務・選挙・暴力団の関係者でない人
◆申込方法 企画政策課にある所定の用紙に記入し、申し込みください。ホームページにも掲載しています。
※登録期間は、本人の辞退申出までとなります。

講座・催し

介護関係施設の即戦力介護認知サポーター講習

介護関連の現場で即戦力として働けるように「介護認知サポーター講習」を実施します。介護技術の基本を習得して介護施設や訪問介護、病院などの介護補助員としての就職を目指します。さらに、障がい者を支援する同行援護従業者の資格取得講習も行い、就職先の拡大を図ります。

- ◆対象者 就職を目指している55歳以上のシニア世代
※ハローワークの求職登録が必要
◆講習日程 12月3日(月曜)~12月11日(火曜)の内、土日を除く7日間
◆募集人員 10人程度
◆募集締切 11月19日(月曜)
◆場所 八幡原市民総合センター
◆受講料 無料

天空の羅針盤 星空の秋を探そう!(第2回) 11月27日、19時30分ごろの星空
先月号の続きです。星図の日時が先月の星図とほぼ同じです。南を向いて秋の四辺形の左側の辺を上へ伸ばしましょう。カシオペア座が見つかります。星座を線でつないでおきます。次に、左側の辺を下へ伸ばすと明るい星が見つかります。くじら座の尾で輝くデネブカイトスです。四辺形の左上の星からたどると向きは逆さですが、アルファベットのA。まさにアンドロメダのAですね。10日(土)は19時20分から恒例の「星空の夕べ」が開催されます。星のソムリエと一緒に音楽と星空を楽しむイベントです。当夜、実際に探してみよう。【お知らせ】今月の観望会は毎週土・日の19時~、20時~、21時~。休館は毎週火曜。

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 reader feedback and comments.

小林市立図書館

今月のおすすめ図書

一般書籍



『徳川慶喜公への斬奸状』 著者:須田 狗一 発行:光文社

一般書籍



『誰も知らない! 20代の動かし方』 著者:若山 雄太 発行:きずな出版

児童書



『もりのてぶくろ』 ぶん:八百板 洋子 え:ナターリヤ・チャルーシナ 発行:福音館書店



私のおすすめ!

『かわいいねこをもらってください』 作者:なりゆき わかこ 発行:ポプラ社 読んだ感想 猫を拾った主人公がもらい手を見つけるまでの心温まるお話です。

東方小5年 舞さん

図書館の本は大切に扱きましょう

図書館で借りた本のページが外れたり破れてしまった時は、そのままの状態でご返却してください。セロハンテープなどを貼ったり、水に濡れてしまうと復元することが難しくなります。利用者が気持ちよく読めるように、図書館の本は丁寧に扱ってください。

●問 市立図書館 Tel 22-7913

- ◆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 ・(公社)県シルバー人材センター連合会
※受付後に受講者選考を行います。
◆申込方法 申込用紙に必要事項を記入し、提出ください。
◆申・問 ・(公社)県シルバー人材センター連合会 Tel 0985・31・3775 Fax 0985・31・3776

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

ひとりじゃんけんで認知症予防

今回は一人で簡単にできる脳トレ（ひとりじゃんけん）を紹介します。「じゃんけんポン！」と言いながら、両手でじゃんけんをします。必ず右手が勝つように、5回程度続けて行います。運動を組み合わせた脳トレを行うことによって脳内で記憶を司る海馬の肥大を促し、記憶力の向上や物忘れを予防できる可能性があると言われています。ぜひ試してみてくださいね。

慣れてきたら左手に交代してチャレンジ！

長寿介護課 海蔵 美智子さん



法律を学びませんか (実践編)

法務専門監（法曹有資格者）による法律講座を開催します（年8回）。今年度は実践編で第6回のテーマは「親族（扶養と虐待問題）」です。

- ◆日時 12月1日（土曜）14時～17時
- ◆場所 中央公民館 1階会議室
- ◆参加費 無料
- ◆対象 市内在住・在勤・在学の人

勤労青少年ホーム講座 お正月用アート生け花講座

身近な物を器にしてお正月花に挑戦してみませんか。

- ◆定員 30人
- ◆申込締切 11月27日（火曜）
- ◆申込方法 電話で申し込みください。
- ◆申・問 市民課 Tel 23-1141

- ◆日時 12月26日（水曜）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
- ◆負担金 500円（材料代別途必要）
- ◆定員 20人
- ◆申込締切 12月12日（水曜）
- ◆受付時間 月曜～金曜 9時～17時

平成31年成人式 親から子へのメッセージ

平成31年新成人のお子さんやお孫さんに向けてお祝いのメッセージを贈りませんか。

◆申込締切 11月16日（金曜）
◆提出先 社会教育課（中央公民館内）

◆対象 小林市成人式に出席する平成10年4月2日から平成11年4月1日までに出生した新成人の親または親族。
※10月中旬に新成人に向けて送付した成人式案内状とともに募集案内を送付しています。

●申・問 社会教育課 Tel 22-7912

平成31年成人式

- 問 中央公民館 Tel 22-3482
- ◆日時 平成31年1月5日（土曜）11時00分～12時
- ◆受付 10時30分～
- ◆場所 文化会館大ホール
- ◆該当者 平成10年4月2日～平成11年4月1日に出生し、現在

ご家族・市民の皆さんの参加を歓迎します。新成人者への祝福と激励をお願いします。

◆日時 平成31年1月5日（土曜）11時00分～12時

◆受付 10時30分～

◆場所 文化会館大ホール

◆該当者 平成10年4月2日～平成11年4月1日に出生し、現在

●申・問 社会教育課 Tel 22-7912

TENOSSE 講座情報

クリエイティブラボ 「集客率UP！セルフチャリンの作り方Vol.3」

「センス」「感覚」「勘」などの不確かなものではなく、ちゃんと「買いたくなる心理」に基づいたチラシ制作の法則をお伝えします。

- ◆日時 11月10日（土曜）17時～19時
- ◆講師 Taniweb 谷口貴子さん

クリエイティブラボ 「書いて伝えたい人のためのライティング講座 Vol.1」

自分の商品やサービスをPRしたい人、イベントの告知をしたい人が身につけておくべき文章力とは何かについて考え、伝える上で守らなければならないいけない約束事を学びます。実践作業もあります。

- ◆日時 11月24日（土曜）17時～19時
- ◆講師 ひなた宮崎経済新聞 編集長 田代くるみさん
- ◆場所 市コワーキングスペース TENOSSE Tel 27-4711
- ◆定員 20人
- ◆費用 無料
- ◆申・問

第27回福祉しよつぷ Emi・ASU

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、福祉しよつぷを開催します。

- ◆日時 11月16日（金曜）
- ◆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、ドレッシング、季節の野菜・果物、加工食品、手工芸品、木工品など
- 問 福祉課 Tel 23-0111

防災や防犯に役立つ情報届けます 小林市防災・防犯メール

災害や身近な防犯情報をお届けする「小林市防災・防犯メール」。登録希望の方は、携帯電話やスマートフォンのカメラ機能で、右のQRコードを読み取り、受信メールに従い登録をお願いします。

登録したのに、メールが届かない人は、防災メールなどを受信できない設定になっている場合があります。「city.kobayashi.lg.jp」からのメールを受信できるよう携帯電話から設定するか、最寄りの携帯電話の販売店にて受信設定を行ってください。

●問 危機管理課 Tel 23-1175



QRコード

文化の足跡 ～西郷どんとこぼやし Vol.5～ 『岩瀬川周辺の戦い』

明治10年7月11日に官軍が小林に進入するに及び、西郷軍は官軍の進路を遮断する目的で町に火を放ち高原・野尻方面へ後退します。その際に小林と野尻を隔てる岩瀬川に架かる岩瀬橋も焼き落とされたと言われています。7月14日には野尻側の西郷軍と小林側の官軍とで互いに陣を敷き、川を挟んでの砲撃戦が行われました。西郷軍は川沿いの山（岩牟礼城跡）に陣を構え、官軍を迎え撃ちましたが高原が陥落したとの知らせを受け、陣を棄てさらに東へ後退したのでした。現在この地に架かる旧岩瀬橋は、西南戦争から15年後の明治25年6月に造られた切石積の橋脚と橋台が今もなお残る国登録有形文化財となっています。



保健・福祉

ひきこもり・NUNOの健康相談

こころの健康について悩みを持つてい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、気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。

◆日時

11月27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
◆申込方法 事前に電話で申してください
◆申・問 小林保健所
Tel 23・3118

今年度最後の乳がん集団検診を行います

12月の乳がん集団検診を行います。なお、医療機関での個別健（検）診は平成31年1

月31日（木曜）までです。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。

◆日程・場所

12月3日（月曜）
保健センター

◆対象者

40歳以上の年度内年齢が偶数の女性

◆料金 2500円

◆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き、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

◆申込期限

インターネットでの申込み・変更は、検診日の2週間前までです。2週間を過ぎたら、健康推進課まで電話してください。

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す。「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

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。

案内

鹿児島刑務所矯正展

◆日時 11月17日（土曜）

◆問 鹿児島刑務所
Tel 0995・75・2025

◆その他 各種集団健（検）診を申込んだ人には、検診日の約1週間前に問診票などを送りますので確認してください。

◆日時 9時30分～16時
11月18日（日曜）
9時～15時30分
◆場所 鹿児島刑務所構内
（鹿児島県始良郡湧水町中津川1733番地）
◆内容 刑務所内見学、矯正業務および受刑者などの生活のパネル展示、刑務所作業製品などの展示・即売、更生保護女性連盟・地域協力店などのバザーや軽食などの販売

市ホームページに掲載するバナー広告を募集します。

◆広告の位置 「くらし」と「観光」のページの下部

◆広告掲載料 ・事務所を市内に有する企業 月額5千円（税込）
・事務所を市内に有しない企業 月額1万円（税込）

◆申込用紙配布場所 地方創生課

市ホームページに掲載するバナー広告を掲載しませんか？

市では、自主財源確保のため市ホームページに掲載するバナー広告を募集します。

◆申込方法

申込用紙に必要事項を記入して、バナー原稿を添えて地方創生課まで郵送または持参ください。

◆申込締切 随時

※詳しくは市ホームページを確認ください。

◆申・問

地方創生課
〒886・8501
小林市細野300番地
Tel 23・1148

情報提供者などに謝礼金 空き家バンク登録受付中

市では、移住希望者などに、登録された空き家情報を提供する「空き家バンク制度」を設けています。不動産会社に取り引を依頼されていない売買・賃貸できる空き家を持っていて、空き家バンクへの登録を希望する人は、気軽に連絡ください。

また、情報提供者に5000円、所有者に5000円を支払う謝礼金制度もあります。詳しくは、地方創生課までお問い合わせください。

◆空き家の改修補助=空き家の改修など（賃貸借契約締結後）に対する補助制度もあります（上限50万円）。

●問=地方創生課 Tel 23 - 1148

『メロンばなし』

文化遺産の日



フランスも日本と同じく文化の日があります。その2日間だけはお城の普段行けないところなどを見ることができます。ツアーガイドが無料で説明してくれるところが多いです。地下鉄の暗いトンネルや灯台、オペラ座や劇場の楽屋、中国の大使館、何でもあります。建築や歴史、職人の仕事について説明します。最近ではドイツニーランドバリも建物の建設やステンドグラスの作り方などを説明してくれます。だけど、一番人気なのは、フランスの大統領の住んでいるエリゼ宮殿です。大統領と一緒に写真を撮れるかもしれません！

ALTの『英語コラム』

自己紹介 Introduction ~ジェームズ先生~

Kobayashi City...Wow! What a wonderful setting in which to live, and to work, and to raise a family! The keyword 'idyllic' springs to mind when describing the advantages of Kobayashi City lifestyle...the beautiful scenery; the relaxed pace; the clean air; all contribute to a halcyon quality of life that cannot be matched by a large urban centre. It seems that every week I make new discoveries of interesting shops—even the supermarkets offer something delicious to try, fresh every day. Now, if only I could find a cinema...

小林市…ワオ～！暮らす、働く、子育てするのになんて素敵な環境なのでしょう！小林市のライフスタイルを一言でいうとしたら「牧歌的」という言葉が思い浮かびます。美しい風景；ゆったりとしたペース；きれいな空気；これら全てが大都市にはない平穏な生活の質の一因となっています。毎週、興味深いお店を新たに発見します、スーパーでも美味しいものを試してみたり、新鮮なものが毎日提供されています。今は、ただ映画館を見つけることができたなら…

