

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 2019.AUG

KOBAYASHI 8

No.161





Interview インタビュー

市健康推進員
市食生活改善推進員
うえむら
植村 タミエ さん

市民が健康になるようサポート

健康推進員は平成23年から、食生活改善推進員は平成11年から活動を続けています。さまざまな場所や地域で活動しているので、多くの人との出会いがあります。今後は、仲間を増やして活動の幅を広げたいですね。小林市は、健康に不安を感じている人が少なくありません。日ごろの食生活や健康管理についての啓発活動を通して、市民が健康で暮らせるようにサポートしていきます。養成講座もありますので、気軽に参加ください。一緒に活動しましょう。

受講者を
募集します!

健康推進員と 食生活改善推進員の 養成講座を開催します!

健康推進員・食生活改善推進員への第一歩は、養成講座から。来月から7回に分けて養成講座を開催します。開講式(第1回)は次のとおりです。

- ◆日時=9月26日(木)
10時~11時30分
 - ◆場所=保健センター
 - ◆内容=市保健師・管理栄養士の講話
 - ◆申込方法=電話で申込みください
 - ◆申込期限=9月13日(金)
 - ◆申・問=健康推進課 (Tel 23-0323)
- ※詳細は、8月15日号お知らせで閲覧するチラシをご覧ください



健康推進員

私たちはこんな活動を行っています!



市内のスーパーなどで、買い物客に健診の受診をPR



自分自身の健康や地域住民に勧められるような簡単な運動を体験



定期的集まり、健康についての知識を深める勉強会を開催



秋祭りや地域のイベントなどにも積極的に参加して活動をアピール

食生活改善推進員

私たちはこんな活動を行っています!



地域のサロンで、参加者と一緒に料理教室を開催



野菜に触れる機会を増やすため、文化祭で野菜計量クイズを実施



小学校と協力して、地域に昔から伝わる郷土料理の学習のサポート



ツーデーマーチでの地元産野菜を使ったミルクスープのふるまい



(写真) 健康推進員、食生活改善推進員、こころの健康サポーター、母子保健推進員のみなさん
※平成30年4月撮影

特集/あなたの健康づくりを応援します!

健康推進員 食生活改善推進員

さまざまな場所や地域で健康づくりの普及活動を行っている健康推進員と食生活改善推進員。今回は、市民の健康を第一に考えて活動している2つの団体の活動を紹介します。●問・健康推進課 Tel 23-0323

健康志向は高まるが
肥満者は増えている

県国民健康保険団体連合会の集計によると、市の平成29年度の特定健診受診率は、平成23年度と比較すると約2倍に伸びており(表1参照)、健康志向の高まりがうかがえます。しかし、小林市は全国と比較して肥満者が多いのも事実。肥満になると糖尿病や高血圧などを引き起こす、生活習慣病につながります。そこで、日ごろの生活習慣を見直し、早めの受診を促すなどの活動を行っているのが、健康推進員と食生活改善推進員です。

市民の健康が第一 健康推進員

健康推進員は、市などと協働して市民の健康増進などを図ることを目的に活動しています。

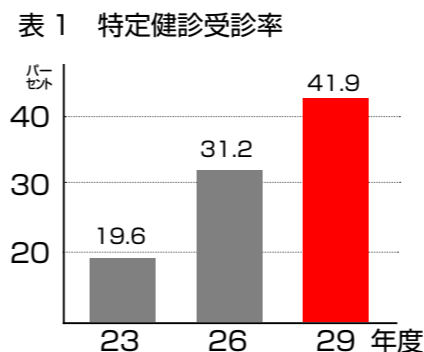
店頭などでのチラシ配布で、各種健(検)診の受診率アップを図るPR活動や、健康に関する知識を深めるために勉強会も実施。ウォーキングや健康体操などの各種健康

づくり事業を通して、市民が豊かで幸せな人生が送れるよう活動を続けています。

生活習慣の改善を図る 食生活改善推進員

食生活改善推進員は、食生活を中心とした生活習慣の改善を図り、市民の健康づくりを応援しています。「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に活動しています。

特に力を入れているのは、「ベジ活」の推進。さまざまなイベントなどで野菜摂取の大切さや必要量を伝えていきます。また、小学校での郷土料理教室や地域の公民館で開催されるサロン活動などに協力し、食を通して健康づくりの啓発活動を行っています。



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。

レスポンス Web デザイン でスマホ & PC サイト制作



ウェブサイト制作に興味のある人を対象に、ゼロからプロの手法を学べる講座を開催します。※ノートPC持参が推奨ですが、貸出もできます。●日時=8月24日(土曜)9時30分~12時30分●講師=松井屋Web松井淳治さん●場所=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)

YouTuber に聴く！ 好きなことで生きていくには



なりたい職業ランキングで常に上位に入る「YouTuber」。宮崎在住の YouTuber にホントのところを語っていただきます。対話型のイベントなので、生で色々質問するチャンスです。●日時=8月21日(水曜)14時~15時30分●ゲスト=YouTuber もみけん●場所=TENAMU交流スペース●定員=30人●費用=無料●申・問=市コワーキングスペースTENOSSE (Tel 27-4711)

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(土曜)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)

のじりこびあ



湧水を利用したのじりこびあのプール。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1日(日曜)まで●時間:10時~17時●料金:高校生以上500円、小中学生300円、幼児(3歳以上)200円、見学200円●問:のじりこびあ (Tel 44-3000)

西諸のきゅうり生産農家の先駆者 たかむれ かねはる 高牟禮 金治 さん(71)



写真⑤きゅうりの種を蒔く様子。以前は部会の仲間と苗木から作っていた。47年間苦楽ををともにしてきた妻の和代さんと一緒に

西諸地区のきゅうり生産の黎明期に、その道を切り開いた先駆者。「まずやってみること」が何より大事。

小林人
こばやしびと
Vol.91

シャキシャキとした歯ごたえと爽やかな風味。鮮やかな緑色で他の食材も引立てるため、漬物やサラダなどの料理によく使われるきゅうり。

高牟禮金治さんは、須木地区で42年間きゅうり栽培を続けている「先駆者」だ。中学校卒業後、県外の学校で2年間農業の基礎を学んだ高牟禮さん。その後、学校で学んだ農業の知識を活かすため、地元に戻り就農した。水田ごぼうや芋の栽培からスタートし、周りからの勧めもあり昭和52年

からきゅうりの栽培を始めた。「不安よりも、とにかくやってみようという気持ちが強かった」。

畑の脇で栽培されるのが常だった当時のキュウリ栽培。高牟禮さんは、作るなら持っている土地を最大限活用しようという理由から広い面積での作付けを実施。しかし、キュウリ栽培自体が初めてだったため、先進地の視察などで技術の習得のために走り回った。「当時は、今ほど制度や栽培技術が確立されていない

くて苦勞の連続だった。でも、まずやってみることが大事なのでいろいろなことに取り組みました」。

台風の影響されにくいハウス栽培も取り入れた結果、年間通しての収穫が可能となり生産量が増加。現在では、東京や北海道など遠隔地にも高牟禮さんのきゅうりが届けられている。キュウリ栽培を初めてから今まで走り続けてきた高牟禮さんが、今年初めて夏の生産を行なった。

「体の養生と、かわいい孫たちと過ごす時間を作るために思い切って休みをとりました。この体が続く限り現役でがんばりたい」と話す高牟禮さん。これからも須木地区のきゅうりの先駆者として、高牟禮さんは走り続ける。

募集

小林市病院企業職員採用試験(第2回)

小林市病院企業職員採用試験を行います。日本国籍のない人、その他地方公務員法の規定による欠格事項に該当する人は受験できません。試験は次の区分ごとに行いますが、このうち希望する職種のどれか一つのみ受験できます。申込締切後は、試験区分の変更はできません。

- ◆試験日程 9月22日(日曜)
- ◆試験会場 市立病院会議室
- ◆試験区分(採用予定)・受験資格
- ◆看護師(若干名) 昭和55年4月2日以降に生まれた人で、34歳までに免許を取得した人
- ◆薬剤師(若干名) 昭和49年4月2日以降に生まれた人
- ◆助産師(若干名) 昭和49年4月2日以降に生まれた人で、40歳までに免許を取得した人

※試験区分のうち、看護師は昭和61年4月2日以降に生まれた人、助産師は昭和55年4月2日以降に生まれた人および薬剤師は、令和元年度の試験で免許取得見込みの人を含みます

- ◆受付期間 8月5日(月曜)～8月30日(金曜) 8時15分～17時 ※土日祝を除く ※郵送の場合、8月30日(金曜)必着
- ◆受験申込書交付場所 小林市立病院事務部(2階) ※郵送請求の場合は、封筒の表に「採用試験受験申込書請求」と朱書きし、140円切手を貼った宛先明記の返信用封筒(角2号)を必ず同封してください。なお、受験申込書は市立病院ホームページからダウンロードできます
- ◆その他 申込方法や試験科目などの詳細については、市立病院に問い合わせるか、市立病院ホームページを確認ください。

◆市立病院事務部 Tel.23・4711

市民表彰候補者の推薦

本市の振興発展および市民生活の向上などに多年尽力され、その功績が顕著な方々を表彰します。

- ◆部門 ①地方自治 ②産業経済 ③教育、芸術、体育、文化 ④公共福祉 ⑤市民生活
- ◆主な選考基準 30年以上の功績を有する人 ※ただし、特例的なものはこの限りではありません
- ◆推薦方法 所定の功績調書を提出ください。功績調書の用紙は、企画政策課、須木庁舎地域振興課、野尻庁舎地域振興課にあります。
- ◆提出締切 8月16日(金曜)
- ◆表彰式開催日 11月3日(日曜)

◆費用 500円 ※材料代別途500円

- ◆定員 20人
- ◆申込方法 窓口または電話で申込みください
- ◆申込締切 9月11日(水曜)
- ◆受付時間 月曜～金曜の9時～17時 ※祝日を除く
- ◆その他 申込多数の場合は抽選
- ◆申・問 詳細は後日連絡します。
- ◆申・問 中央公民館 Tel.22・3482

環境の悪化を感じた瞬間

45年くらい以前の話になります。我が家のすぐ脇に洗出川が流れていました。通常は水が流れていない砂防河川であります。我が家から200メートルほど先に湧水があり、わずかに水が流れていました。当時の洗出川は透明度が高く、水深1メートルある川底の砂利の一粒ずつがはつきり確認できるほど澄んでいました。そんな澄み切った洗出川が、わずかな期間で汚染が進みました。入浴剤の普及と下水の整備の遅れからか、川の表面は入浴剤と同じ緑色となっていました。そうするとと息する魚も変化します。汚染が進むとアブラマはいなくなり、ハエや通称ゴモが増えてきました。公共下水・浄化槽の整備が進み、きれいな河川にもどりつつあります。

が、40年以上前の河川の透明度にはほど遠い現状となっています。市民の皆さんも今一度身近な環境について考えてみてください。

なお、本年も全国各地で豪雨などの自然災害が多発しております。今後、台風シーズンとなっており、自分の命は自分で守る早期の行動をお願いします。



宮原市長のコラム 「信念を貫く」 Check! Volume.7

給食調理業務補助員採用試験

10月1日から野尻学校給食センターで勤務する給食調理業務補助員を1人募集します。日本国籍を有しない人、その他地方公務員法による欠格事項に該当する人は受験できません。学歴は問いません。

- ◆対象 昭和29年4月2日～平成13年4月1日までに生まれた人
- ◆勤務場所 野尻学校給食センター
- ◆業務内容 給食の調理業務補助(野菜切り、食器洗い、清掃など)
- ◆賃金 日額6400円
- ◆任用期間 6か月以内
- ◆申込方法 履歴書(市販のもので可)に記入し、野尻学校給食センターまで持参するか、郵送ください。
- ◆申込締切 8月30日(金曜) 必着 ※土日祝日は除く
- ◆採用試験日時 9月14日(土曜)

受付13時30分～14時

- ◆試験会場 野尻学校給食センター
- ◆試験内容 作文、面接 ※筆記用具を持参ください
- ◆申・問 ・スポーツ振興課野尻学校給食センター Tel.46・0803 〒886・0211 小林市野尻町紙屋4055番地

講座・催し

中央公民館講座 郷土料理名人養成講座

いきいきふれあい、まずは食から郷土料理の掘り起こし。季節ごとの郷土料理を学びます。今回は秋の郷土料理です。

- ◆日時 9月26日(木曜) 19時～21時30分
- ◆場所 中央公民館
- ◆対象 市内在住または在勤の人

◆費用 500円 ※材料代別途500円

- ◆定員 10人
- ◆対象 市内在住または在勤の人
- ◆申込締切 8月15日(木曜)
- ◆受付時間 月曜～金曜の9時～17時 ※祝日を除く
- ◆その他 申込み多数の場合は抽選
- ◆申・問 教育部野尻分室 Tel.44・1100

のじり生涯学習講座 草木染め講座

天然素材の染料を使って色を楽しみましょう。

- ◆日時(全2回) 8月29日(木曜) 9月5日(木曜) 各12時30分～16時30分
- ◆場所 野尻町保健福祉センター
- ◆費用

◆費用 500円 ※材料費別途必要

- ◆定員 30人
- ◆申込締切 8月27日(火曜)
- ◆申込方法 電話で申込みください。
- ◆申・問 市民課 Tel.23・1141

身近な文書利用術

法律を学びませんか 法務専門監(法曹有資格者)による法律講座を開催します(年間8回)。第4回のテーマは「事実確認書面の利用術」です。参加費無料ですので、気軽に参加ください。

- ◆日時 8月31日(土曜) 14時～17時
- ◆場所 中央公民館
- ◆対象

◆費用 500円 ※材料費別途必要

- ◆定員 10人
- ◆対象 市内在住または在勤の人
- ◆申込締切 8月15日(木曜)
- ◆受付時間 月曜～金曜の9時～17時 ※祝日を除く
- ◆その他 申込み多数の場合は抽選
- ◆申・問 教育部野尻分室 Tel.44・1100

夏休み親子チャレンジ講座

小林秀峰高校生と食品加工実習体験・野菜栽培の基礎学習教室 お菓子作り体験と野菜栽培について学べる講座です。

- ◆日時 8月16日(金曜) 9時30分～12時30分
- ◆場所 小林秀峰高校
- ※詳しくは問合わせください
- ◆問=中央公民館 Tel.22・3482

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しました。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？

- ◆開催日時 8月21日(水曜) 8時50分～16時30分
- ▼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 各自弁当などをご用意ください。
- ▼対象 どなたでも参加できます。
- ▼集合場所 慈敬園前駐車場(駅南309番地)
- ※午前8時40分までに集合
- ▼費用 100円
- ※保険料など。当日徴収
- ▼定員

保健・福祉

人間ドック (一般・脳) 募集

- 受診を希望する方は、期間内に申し込みください。
- ◆対象者 年度内年齢35歳～74歳(令和2年4月1時点)までの国民健康保険加入者
 - ◆申請期間 8月24日(土曜)～9月20日(金曜) 9時～17時
 - ※土日は除く。ただし、8月24日(土曜)、8月25日(日曜)のみ小林市保健センターで申請受付を行います
 - ◆申請方法 申請場所にて受付
 - ◆申請場所 小林市保健センター ぼけん課
 - ・野尻庁舎住民生活課
 - ・須木庁舎住民生活課
 - ・紙屋出張所
 - ・西小林出張所
 - ◆受診料・定員 一般ドック(定員50人)

外来魚被害防止釣り大会の開催

- ◆申込方法 電話で申込みください。
- ▼申込期間 8月14日(水曜)
- ▼その他 申込み多数の場合は抽選。詳細は後日連絡します。
- ・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

御池

- ※検量と表彰式は皇子港
- ◆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 ※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18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をもとに、各部門1位(10位)に商品を贈ります。別途参加賞有。
- 問 小林高原野尻漁業協同組合 Tel.23・4668

第35回のじり湖祭



8月31日(土曜) 15時30分～21時00分(予定)

場所/のじりこびあ

※小雨決行、荒天時は9月1日に順延

さまざまなステージショーや和太鼓、花火が夏の終わりを彩ります。参加型イベント『インスタグランプリ』や『花火スタンプラリー』も開催！詳しくは市ホームページまたは、インスタグラム公式アカウントで確認ください。

- ◆無料シャトルバス乗り場 (14時30分～22時30分)
 - ・野尻庁舎
 - ・野尻町農村環境改善センター
 - ・三ヶ野山地区体育館
 - ・紙屋地区体育館
 - ・萩の茶屋 ※萩の茶屋のみ17時～
- 問=野尻庁舎地域振興課 Tel.44・1100 野尻観光案内所 Tel.44・3004

脳ドック

- 7000円
- 脳ドック(定員50人)
- 7000円
- ※どちらも定員になり次第締め切ります
- ◆検査項目 国保一般ドック
- ・問診、身長、体重、BMI、腹囲、血圧、尿検査、血液検査、心電図検査、胸部X線、胃透視または胃カメラ、便潜血反応
- ・国保脳ドック
- ・問診、身長、体重、BMI、腹囲、血圧、尿検査、血液検査、心電図検査、頸部MRI、MRA、頸部エコー
- ◆申込に必要なもの 国民健康保険証、特定健康診査受診券
- ※35～39歳の方は国民健康保険証のみ
- ◆注意事項 次の人は受診できません。
 - ・妊娠中の女性
 - ・今年度既に胃がん・大腸がん検診を受診した人
- ◆共通 昨年度一般ドック・脳ドックいずれかを受診した人
- ・今年度既に特定健康診査を受診した人
- ・一般ドック

困りごと出張相談 (野尻地区)

生活上の困りごとについて相談を受けています。お金・仕事・家庭などさまざまな事情による困りごとの相談を受けて、寄り添い型の支援を行っています。気軽に相談ください。

- ▼脳ドック 心臓ペースメーカーを使用している人
- 問 健康推進課 Tel.23・0323
- 問 毎月第3木曜日 9時～16時
- ※祝日の場合は第3水曜日
- ◆場所 野尻庁舎
- ◆対象 野尻地区に居住している人
- ※生活保護受給者を除く
- ◆申込方法 事前に電話で予約ください
- ◆費用 無料
- ◆その他 実施日の前日と当日の朝に野尻地区の防災行政無線でお知らせします。
- 問 小林市生活自立相談支援センター Tel.23・0111

じよじよんよかバス みんなでのっぴー!

小林市のコミュニティバスは、皆様の利用により支えられています。現在、三松循環線を除くすべての路線が1乗車200円で利用できます。(※三松循環線は100円)お出かけの際は、コミュニティバスをご利用いただき、『市民年一回乗車運動』にご協力をお願いします。

●問・企画政策課 Tel.23・0456



Kobayashi City Wi-Fi サービス

市では、地区体育館や公民館などの47ヶ所に無料で利用できるWi-Fiを整備しています。詳しくは市ホームページを確認ください。ホームページは上のQRコードからアクセスできます。

●問・地方創生課 Tel.23・1148



集団健(検)診を行います!

8月の集団健(検)診を次の日程・場所以で行います。各種健(検)診により、受診対象者や金額が変わります。詳細は、5月下旬に発送した個人通知を確認いただくか、健康推進課まで問合せください。なお、個別健(検)診をご希望の方は、直接医療機関へ申込みください。
※すでに予約が定員に達している日程は掲載していません

- 健(検)診名・日程・場所
●セット健診(特定、肝炎、前立腺、胃、大腸)
●8月6日(火曜) 中央公民館
●8月20日(火曜) 中央公民館
●8月2日(金曜) 八幡原市民総合センター
●8月27日(火曜) 八幡原市民総合センター
●乳がん検診
●8月7日(水曜) 野尻町保健福祉センター

- 申込方法
●その他
●健康推進課
TEL 23・0323



申込用QRコード

事前の申込みが必要です。インターネットで「小林市健診」で検索、または左のQRコードで申込み、健康推進課まで電話ください。申込みには、受付IDとパスワードが必要です。なお、定員に達しており、予約できない場合もありますのでご了承ください。

案内

生涯学習人材バンク「にしもろまなばせ隊」について

小林市、えびの市、高原町

では、連携して生涯学習講座の講師ができる方を登録する生涯学習人材バンク「にしもろまなばせ隊」を立ち上げました。これは、西諸圏域において、各活動や学校、団体、職場などの交流や学習など幅広く活用いただき、学習機会のきっかけとしていただくためのもので、人材バンクを利用して登録する人と講師として登録する人のどちらも募集しています。

- 講座内容
●費用
●利用方法(手順)
●対象

利用者と登録者ともに、小林市・えびの市・高原町に在住または在勤の人。
※この生涯学習人材バンク「にしもろまなばせ隊」は、「にしもろ定住自立圏形成推進事業の取組みの一環として、小林市、えびの市、高原町の共同で設置しています

姉妹都市「能登町」との市民交流補助

研修・視察交流やイベント交流などを目的に、市民が姉妹都市の石川県能登町を訪問するための経費の一部を補助します。海、山、祭、魅力満載の能登町に、この機会に足を運んでみませんか。

- 対象事業
●研修・視察交流
●イベント交流
●対象者
●対象外

政治的又は宗教的活動の一環で交流事業を行う場合
同一目的で参加する同一団体が同一年度内に当該補助

その他

国民年金基金制度のお知らせ

国民年金基金は、国民年金に上乘せし、節税しながら、より充実した年金を受けられる積立方式の公的な年金制度です。

- 加入できる人
●加入期間が40年未満の人や海外在住の人
●特徴

の人など、一部加入できない場合があります
●加入期間が40年未満の人や海外在住の人
●特徴
●加入期間が40年未満の人や海外在住の人
●特徴

小林高校駅伝部模範走のお知らせ

例年、小林高校秋桜祭体育の部に行われる駅伝部模範走を、本年は次の通り実施します。

- 期日 9月8日(日曜)
●場所 小林高校グラウンド
●開始時間 9時45分ごろ

- 開始時間 9時45分ごろ
●小林高校
TEL 23・4164

報道機関への情報提供

イベントや新商品発表などの情報を、市の記者クラブに所属している報道機関に情報提供する方法があります。

- 社会教育課
TEL 22・7912

- 地方創生課
TEL 23・1148

詳しくは、市ホームページで確認ください。

Table with 4 columns: 種類, 6月, 累計, 昨年. Rows include 建物, 林野, 車両, その他, 救急.

Table with 4 columns: 種類, 6月, 累計, 昨年. Rows include 人身, 物損, 死者, 負傷者, 全国死者.

人のうごき(小林市の人口)

Table with 2 columns: 人口, 世帯数. Rows include 総人口, 男, 女, 世帯数.

令和元年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

心の花びら

青男畔に渋滞復興田 (小林合歓の会 中園直子)
熱波もてあぶり出されて立話 (小林合歓の会 清水勝)
アジサイのコレクション競うロードかな (小林合歓の会 海蔵由喜子)
二人居り孤独と思うアジサイよ (小林合歓の会 入佐典子)
昼顔や雅の世界ジャカラダ (小林合歓の会 尾辻和子)
天地に任せて終える田植かな (小林合歓の会 倉田玲子)
仏だんにあじさい献花忠義忌久しく逢ば吾が身を語る (家村昭文)
出来る事のまだ多くあり日々感謝 (佐枝記子)
狭庭でもレタスピーマンにとマと色付きて映ゆ目覚め楽しき (永友チエ)
素焼きつぼ蛸の煮物は豊艶やかに (上久保年治)
梅雨知らぬ溜り水浴び雀の子 (長友正臣)
視の弱き姉につきそいの短歌会姉逝きてより早も十年 (宮窪房子)

●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18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15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18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9月2日(月)です。

市県民税	2期
介護保険料	4期
国民健康保険税	2期
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8日(木)

受付締切日 8月15日(木)

これは何ごみ? 答え

お茶や紅茶などのティーパックは、しっかり水気を切って、「燃やすごみ」で出してください。生ごみ用バケツに入れないでください。

●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	13 火	人権・なやみごと	市役所東館1階相談室	10:00～15:00
8	20 火	人権・なやみごと	市役所東館1階相談室	
8	27 火	人権・なやみごと	市役所東館1階相談室	
9	3 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	5 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22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25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!どんなことでもお話しください。

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	3
真方1・2・3	2	2
南西2・3、通り町	5	4
南西1の西、南西4本町、新生町	5	4
南西1の東、種子田	6	5
北西1・3、緑町	7	6
北西2、坂元	9	10
西町1・2・3 南島田	8	9
仲町、永田町、後川内	22	11
細野2・3、南真方	23	12
細野1、南真方西	27	20
南真方東、上町、上町西	28	25
上町中、上町東、上町北	29	26
西堤、南堤	30	27
北堤	30	30
野尻地区(第3日曜)	18	15
須木地区(第4日曜)	25	22

今月の これは何ごみ?



「ティーパック」
(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
赤ちゃん健康診査	9月5日(木)	受付 12:45～13:15	
キッズフロア	9月4日(水)	受付 9:30～11:00	
もぐもぐクッキング	8月28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 パースディ 健康相談	9月4日(水)	受付・要予約 13:10～13:30	
歯っぴ〜教室	8月22日(木)	受付・要予約 13:00～13:30	
パパ・ママ教室	8月17日(土)	受付・要予約 9:10～9:20	

●ここにこ運動教室(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	20日(火)、27日(火)	3日(火)

●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29日(木)	小林市保健センター	完全予約制 23-0323

●健康相談

月日	曜	種類	会場	時間
8	19 月	まちかど健康相談	ゆ〜ぱるのじり	13:30～15:30
9	5 木	まちかど健康相談 まちの保健室	コープみやざき小林店	

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 日	榎内視鏡内科医院	22-2819
		整形外科フレンドクリニック	22-3132
	12 月	柗山医院	22-2503
		堀胃腸科外科医院	23-3988
	18 日	押川病院	44-1005
		小林泌尿器科クリニック	25-0505
9	1 日	整形外科前原病院	23-1711
		小林保養院	22-2836
	8 日	よしむら循環器内科クリニック	27-3339
		池田病院	23-3535
		二口子供医院	22-5885

※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。

やっばい
元気がよか!

認知症と生活習慣病、そして最近の検査方法

厚生労働省の推計によると、2012年時点で65歳以上の認知症の人は、全国で462万人。7人に1人が認知症にあるとされています。さらに、2025年には5人に1人が認知症になるという推計も示されています。こうした中で、認知症の発症や進行に関する病態も次第に明らかになってきており、日常の食事をはじめとする生活習慣との関わり的重要性が指摘されています。そのため病院では、認知症予防のために生活習慣病（糖尿病・高血圧・高脂血症など）を診断するための血液検査や頸動脈超音波検査が行われています。また、認知症を早期発見する

ために脳波検査、嗅覚検査、血液バイオマーカー（※）も行われています。今後、新たなバイオマーカーが登場したり検査方法などが確立されれば、認知症の発見も今以上に早まるかもしれないと期待されています。そのため、病院などではさまざまな臨床検査から認知症の診断治療に関する情報提供を行っています。

認知症の危険度

上げる↑

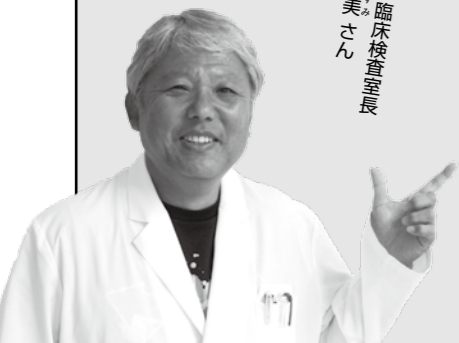
糖尿病、高血圧、糖、高血圧、肥満

下げる↓

運動、減塩、禁煙

※バイオマーカー…血液や尿、組織などから調べたデータで病気の変化や治療に対する反応をみる指標のこと

市立病院 臨床検査室長
中屋敷一美さん



元気の
知恵袋

日本人の死亡原因第一位は？

その後の受診を躊躇される人もいらっしゃいます。詳しい検査をしてみなければ結果は分かりませんし、「自分のがんかもしれない…」という思いを抱えたままの日々は辛いものです。精密検査になったときはできるだけ早く受診しましょう。

国立がん研究センターのホームページに「がんリスクを減らす健康習慣」の紹介があり、以下の通りです。

・禁煙する・食生活を見直す・適正体重を維持する・身体を動かす・節酒する

5つの健康習慣を実践することで、がんになるリスクが低くなるそうです。がんに限らず、健康な生活を送る上で大切なポイントになりますね。特に禁煙はがん予防の大きな一歩です。この機会に生活を変えてみませんか。

がんです！全国で年間30万人超が、市では4人に1人ががんで亡くなっています。医療の進歩で一部のがんは早期発見・早期治療が可能になってきました。早期発見のためには、がん検診の受診が重要になってきます。

市では、医療機関や集団でのがん検診が始まっています。今年の皆さんのスケジュールにがん検診は組まれていますか？「お金がかかるし…」や「時間がない!」、「面倒くさいなあ」などいろいろな気持ちがあると思いますが、早期発見の第一歩は「検診に行こう!」だと思います。皆さんの「からだやこころの健康」のため、家族のためにぜひ検診を受診しましょう。

検診後の結果について、「精密検査になってしまった」と不安になり、

健康推進課
保健師 篠原早織さん



福祉情報をお届けします

社協タイムズ

健康と福祉の集い「我が事・丸ごと」ってなんだろう？

少子高齢・人口減少社会という、地域全体が直面する大きな課題を抱えている現代。「ニッポン一億総活躍プラン」には、支え手と受け手に分かれず誰もが役割を持って活躍しましょうと提案されています。そのため市社会福祉協議会では、昨年より委託を受けている地域力強化推進事業で「健康と福祉の集い」を開催。保健師さんの協力もいただいて地域のサロンや体操教室などを回り、ミニ講座や相談会を行ってきました。

参加者からは、各家庭でそれぞれ心配事や困りごとはあるが、普段は何とか解決できているという話を聞きます。しかし、困りごとが重なってくると家庭だけでは解決できなくなってくるので、ミニ講座や相談会では「解決が困難な状況になる前に気軽に相談してください」と呼びか

けています。そしてサロンなどを回ると、お互いに表情を見て気遣ったり、来ていない人を心配したり、サロンで得た知識を生活に役立てたりと、一人ひとりが役割を持って誰かを支えていることを目の当たりにします。

かつての日本には地域にお互い様の関係があり、家族も人数が多く助け合っていました。地域のつながりが希薄になり、家族の形も変わってきている今こそ、地域に住む一人ひとりや地域の中の福祉施設や多様な団体が協力し合うことが重要です。年齢は関係なく、たとえばは思うように動かなくなっても誰かを気遣い声をかける、誰かを心配して相談先につなぐという行動が、自分子ども達や家族が暮らしていきたいと思う小林市を育てているのです。



1日350gの野菜摂取で

ベジ活!

今回は、出の山公園のすぐ近くにあるベジ活応援店の「ツナギーナ」を紹介いたします。約30種類のビュッフェ料理と10種類のピッツアを楽しめます。ピッツアは小さめで、焼きたてを運んでくれるので、その都度オーダーするのがおすすめです。自分たちで作った旬の野菜や地元産の野菜を取り入れた料理を中心にチ

キン南蛮や出の山のマスを使った料理もあり、組み合わせ次第でバランスのよい食事を摂ることができます。「景色を楽しみながら、ぜひお店でたくさんの野菜を食べてほしいです」とコメントをいただきました。ベジ活応援店にランチに行ってみませんか。ランチの後は公園周辺の散策もいいですね。

野菜ビュッフェ ツナギーナ

- ◆住所 小林市南西方 1073-7
- ◆営業時間 11時30分～14時（70分時間制限あり）
- ◆営業日 土日祝
- ◆問 22-0503
- ※ホームページ Facebook あり



ベジ活応援店 パート①



今月のおすすめ図書

図書
SPORTS

～児童書～



『あつい あつい』
さく：垂石 眞子
発行：福音館書店

～児童書～



『なっちゃんのなつ』
文：伊藤 比呂美
絵：片山 健
発行：福音館書店

～一般書籍～



『台風家族』
著者：市井 点線
発行：キノブックス

～一般書籍～



『はじめてでもきちんと作れる』
ゆかた、甚平、作務衣
発行：日本ヴォーグ社

『三国志1 桃園の誓い』
文：小前 亮
発行：理論社

読んだ感想
3人の主人公が他の武
将と戦い、国を統一して
いく物語です。



紙屋小6年
田島 眞さん

私
のお
すす
め!

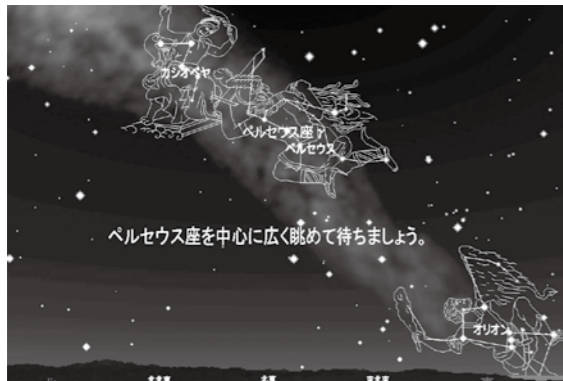
8月の休館と開館時間

【本館】 1日と毎週月曜は休館
◆開館時間：9時～19時
※日曜と祝日は17時まで
【須木分館・野尻分館】 1日と毎週月曜と祝日は休館
◆開館時間
須木：9時～17時
野尻：10時～18時30分 ※日曜は17時まで

天空の羅針盤

星空
SPORTS

ペルセウス座流星群



8月13日午前3時の東～北天

ピーク予報は13日17時。明るい。夜になると月明かりがある条件。そこでお勧めが未明の3時～4時。月が沈む3時過ぎから明るくなり始める4時過ぎまで、時間当たり50以上の流れが期待されています。12日夜は未明まで開館【お知らせ】上記以外の観望会は、1～7日の14時～、20時～、21時～（夜は要予約）。31日は星空の夕べ。毎週土・日20時～、21～。休館日は毎週火曜。

文化の足跡

歴史
SPORTS

ふるさとに残る元号④

一つの時代に二つの元号「元中」

南北朝時代と呼ばれる時代は皇統が実質的な分裂を招いていて、北朝と南朝の二人の天皇が並立し戦乱に明け暮れた時代でした。この時期は元号も二つ存在するという特異な状況でした。須木下田の永田区観音堂内に鎮座する十一面観音菩薩像は、平成3年の解体復元の際に、台座底部の中から板蓋が発見され、そこには「元中六年」（1389年）と書かれていました。「元中」は、南北朝時代に南朝側で用いられた年号であり、同じ時期北朝では「康応」という年号になります。現在は復元修復されたきれいな十一面観音菩薩像は、日本でも二度とないような複雑な時代に造られた歴史ある仏像なのです。



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.9



初めての「ふれあい登校」で、地域の高齢者や祖父母と一緒に登校する児童ら

細野小学校では、地域の高齢者が児童と一緒に登校する「ふれあい登校」を行っています。今年度から始まった試みで、月に1回ペースで実施。登校時の安全確保のほか、参加者には歩くことによる健康維持や、子どもたちのふれあいを通して、生きがいづくりにつながってもらおう取組です。さらに「登下校に関する対応」の一部を地域の高齢者が担うことで、教職員の負担軽減にもなっています。

昨今、大津市や川崎市の事例など、登下校中の事件事故が頻発しており、子どもの登下校中の安全確保の在り方が見直されています。また、市が推進する「健幸のまちづくり（※）」の観点からも細野小の「ふれあい登校」はモデル的取組と言えます。

【表】新しい時代の教育に向けた持続可能な学校指導・運営体制構築のための学校における働き方改革に関する方策について（答申）（平成31年1月25日中央教育審議会）資料より抜粋

基本的には学校以外が担うべき業務	学校の業務だが、必ずしも教師が担う必要のない業務	教師の業務だが、負担軽減が可能な業務
①登下校に関する対応 ②放課後から夜間などにおける見回り、児童生徒が補導されたときの対応 ③学校徴収金の徴収・管理 ④地域ボランティアとの連絡調整	⑤調査・統計等への回答等 ⑥児童生徒の休み時間における対応 ⑦校内清掃 ⑧部活動	⑨給食時の対応 ⑩授業準備 ⑪学習評価や成績処理 ⑫学校行事の準備・運営 ⑬進路指導 ⑭支援が必要な児童生徒・家庭への支援

今
回
の
話

※健幸のまちづくり…市民の誰もが健康で生きがいを持ち幸せに生活できるまちを目指して、市民、地域、学校、団体、企業などが協働により進める取組みです

保護者や地域の連携・理解で進む 一挙両得の働き方改革

市内小中学校においても、大小さまざまな働き方改革につながる取組みが行われています。今回は、国が示す「学校・教師が担う代表的な業務の在り方」（下表）にある2つの業務について、学校だけではなく保護者や地域にもメリットを生み出すモデル的な取組みを紹介します。

地域と連携した登校で健康・生きがい・安全

学校に納めるお金のこと。子どもが学級担任に現金で納めたり、地区で集金して事務室に納めるなど、学校により納め方はさまざまです。

市内の一部の学校では、口座振替で集金し、専用ソフトを使い、事務室で一括管理をしています。現金を教室で扱うことがなくなることで、学級担任の負担が減り、事務室でも台帳や集金袋などの準備や、金融機関への現金運搬の作業などが削減できます。保護者も、手数料はかかるものの、現金を持たせるリスクがなくなるので、計画的な支出ができます。現在は、小学校4校、中学校3校で運用されており、年々、この方法への移行が増えている状況です。

本や短冊づくりで楽しむ 市立図書館七夕まつり開催

7月6日、七夕まつりが市立図書館で開催されました。未就学児や小学生と保護者52人が参加。おはなし会では、大型絵本の読み聞かせやパネルシアターなどを実施。また、参加者それぞれが願いを書いた短冊や、手作りの笹飾りを笹竹に飾るなど、季節を感じるイベントとなりました。



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。親子や参加者同士のコミュニケーションの場となりました



食材の説明をする地井潤シェフ。食事には、あらかじめ児童の好きな食材と嫌いな食材を聞き、その両方が使用されました

一流シェフが小林産食材調理 東方小児童ら味わい魅力学ぶ

7月1日、「シェフのこばやし食育教室」が「kokoya de kobayashi」で開催されました。東方小の6年生を対象に、地元産の食材を使った料理を児童に提供。谷山心絵さんは「地産地消の大切さ、小林市で作られた食材のおいしさを改めて知ることができました」と感想を述べました。

疫病の原因と対策を学ぶ おとなのモーモースクール

7月10日、中央公民館でおとなのモーモースクール（主催：畜産ネットワーク宮崎）が開催され、畜産関係者など16人が参加。今回は牛の疫病（牛ウイルス性下痢・粘膜病）の病状と対策について獣医師より講話がありました。同会主催の勉強会は、今後も定期的開催される予定です。



主催者代表の山崎野枝さんは「畜産業に関わる人のネットワーク強化・情報共有を図り、業界の発展に貢献したい」と話していました



発見した小嶋公平さんは「木の隙間で赤く目立っていた。希少な昆虫だと思う、調べてみて驚いた」と話していました

幻の赤いクワガタ虫発見！？ 直接触れないよう要注意！！

7月4日、北西方で県内での発見が数例しかなく、県の準絶滅危惧種に指定されている昆虫「ヒラズゲンセイ」が発見されました。ツチハンミョウ科の甲虫で鮮紅色の体と大きなあごが特徴。体液には有害物質が含まれ、皮膚の炎症を起こすため注意が必要です。個体は県立博物館へ寄贈されました。

安心安全情報

熱中症にご注意を！

いつでもどこでも条件次第で熱中症にかかる危険性が誰でもあります。正しい予防方法を知り、楽しい夏を過ごしましょう。

◆すぐできる熱中症予防法

①部屋の温度をこまめにチェック ②室温28度を目安にエアコンや扇風機を上手に使う ③のどが渇かなくても水分・塩分をほどよく補給 ④外出の際は涼しい服装で、日よけ対策も ⑤無理をせず、適度に休憩を ⑥栄養バランスの良い食事と体力づくりを

◆熱中症の疑いがある場合

①涼しい場所へ避難させる ②衣服を脱がせ、体から熱が逃げるのを助ける ③露出した皮膚に水をかけ、うちわや扇風機などであおぎ体を冷やす ④氷のうなどを首すじ・脇の下・股関節あたりに当てる

●問・危機管理課 TEL 23 - 1175

みんなで学ぶ子育て広場

「子育ておうえんBOOK」 配布中！



市では、妊娠・出産・育児にかかるさまざまな制度をまとめた「子育ておうえんBOOK」を配布しています。乳幼児期の予防接種や乳幼児

健康診査のスケジュールをはじめ、市内の子育て支援事業や各種施設、保育所、放課後児童クラブなどの一覧を掲載しています。また子どもの発達や子育てなどの悩みに関する各種相談機関なども掲載していますので、ぜひご活用ください。

◆配布場所（無料）

子育て支援課、保健センター、各庁舎、各支援センター

●問・子育て支援課 TEL 23 - 1278

ALTの『英語コラム』

自己紹介

～リスクィー先生～

こんにちは、リスクィーです。小林市でALTになって2年目になります。8月はインドネシアの国にとって重要な月です。それは、日本の植民地支配からの解放を祝して8月17日を独立記念日としているからです。その日は、さまざまな楽しいゲームを行います。例えば、滑りやすい長い棒を立てて、一番上に賞金を付けます。その棒を登り賞金が取れたら、そのまま貰えます。これは、努力すれば何か素晴らしいものが返ってくるという意味もあると思います。過去の出来事は私の日本や日本人に対する感情を少しも損なうことはありません。私は日本に住み、日本人と良好な関係を持って本当に嬉しく思います。過去は変えられませんが、過去から学んでこれからの糧にしていけると思います。MERDEKA!!!（インドネシア語で自由の意味）



『メロンばなし』

A bientôt（アビアント）

小林市に来てもう3年が過ぎましたが、本当にあっという間でした。それまでは日本の都会にしか行ったことがなくて、こんなに田んぼのあるところがある！と驚きました。そこからはずっと小林市のきれいな山や自然に何度もびっくりして、小林の人の優しさに何度も感動しました。このようないい街に住むことができ、とても親切な人に出会えて、本当に恵まれました。日本人から見たフランスのことももっと分かるようになって、日本のこともたくさん勉強になりました。しかし、残念ながら7月で国際交流員としての仕事が終わります。8月からは東京に行きますが、小林にはまた戻りたいです！





学校の授業とは違う雰囲気の中で、社会人・大学生の考え方に触れることができる機会となりました

自分たちの未来について「悩む力」を育むための授業

7月13日、中央公民館で「小林近未来ハイスクール」が開催されました。市内の中学・高校の生徒が大学生や社会人と自由に話し合い、働くことや生きることについて考えることを目的に開催。約100人が参加し、自分の将来像について話し、大学生や社会人の実際の生活などについて意見を交わしました。

小林男子バレースポ少が九州大会へ

7月17日、小林男子バレースポーツ少年団が市長を訪問し、小学生バレーボール九州大会出場を報告しました。主将の久保田一綺さん(小林小6年)は「周りに声をかけ、チームをまとめていきたい」と決意を述べました。



人権擁護委員の委嘱

7月1日、若松照雄さんに人権擁護委員が委嘱されました。毎月「人権・行政・なやみごと相談」を開催していますので、お気軽に相談ください。相談日は広報こばやしのくらしのカレンダーに毎月掲載しています(今月は13日に掲載)。



人気絵本「いのちをいただく」の主人公坂本義喜さんが講演

7月12日、絵本「いのちをいただく～みいちゃんがお肉になる日～」の主人公坂本義喜さんが三松小6年生に向けて講演会を行いました。坂本さんは元食肉センター職員。仕事を通して感じた命の大切さ、生き物との向き合い方を説明し、「いただいた多くの命への恩返しは、皆さんの命を精一杯輝かせること」と話していました。



身振りやユーモアを交えながら和やかに話をする坂本さん。この絵本は10万部を超える物で全国各地で講演会をされています

三松ハンドスポ少全国大会に出場

7月17日、三松ハンドボールスポーツ少年団が市長を訪問し、全国大会出場を報告しました。6月の県新人大会女子の部で優勝。主将の中村清乃さん(三松小6年)は「考えながらプレーをし、1点でも多く取りたい」と抱負を述べました。



野尻クラブスポ少が全国野球大会へ

7月17日、野尻クラブスポーツ少年団が市長を訪問し、全国大会出場を報告しました。6月の県予選で3位となり出場権を獲得。主将の立山伯さん(栗須小6年)は「力を合わせて、優勝目指して頑張ります」と意気込みを語りました。



内閣総理大臣からのメッセージを読み上げ伝達した、椎屋会長と宮原市長。今年は更生保護制度が施行されて70年目の節目になります

誰もがリスタート(再出発)できる社会づくりが大切

7月12日、第69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行われました。小林地区保護司会椎屋三八子会長が「再犯防止には地域の理解や再出発の機会の充実が重要。更生保護の活動を進めて欲しい」と市長へメッセージを伝達。非行や犯罪防止のために、地域の連携が重要であることを確認しました。

日ごろの鍛錬の成果を披露

6月23日、第1回少林寺流錬心館宮崎県空手道交流大会(主催:小林市空手道連盟)が市民体育館で開催されました。未就学児から大人まで約250名の選手たちが県内から集い、型や組手の部門で競い合いました。



小林振武会の平川さん全国大会へ

7月1日、小林振武会の平川蓮さん(小林小6年)が、全国大会への出場を市長に報告しました。6月の県道場少年剣道錬成大会で小学生個人の部で優勝し、出場権を獲得。平川君は「まずは初戦突破のため頑張りたい」と抱負を述べました。



地域と一体となった交通安全対策で安心・安全を目指す

7月11日、夏の交通安全県民総ぐるみ運動にあわせて、県内各所を啓発巡回するキャラバン隊が市役所を訪れました。市地域婦人連絡協議会や地域住民など、約100人が出席。「地域と一体となった交通安全対策をお願いしたい」との県知事メッセージが読み上げられました。



県知事からのメッセージを岩崎副市長に伝達するキャラバン隊の隊長と隊員、市地域婦人連絡協議会員のみなさん

野尻町の歴史を見つめ続ける

6月19日、園田隆さん(紙屋)が野尻の歴史をつづった「野尻町史余話」を出版しました。野尻町史の編さんにも携わった園田さん。その後も独自で同町を調査。今回一冊の本にまとめ出版しました。



一緒に体を動かし交流を図る

6月26日、市地域婦人連絡協議会の体育まつりが、市民体育館で開催されました。普段はボランティア活動に取り組んでいる、同会員約40名が参加。大玉転がしやパン食い競争などの競技を行いながら、交流を深めていました。



こすもろにき diary

画：友安よーいち
第61話「油断大敵!？」



YOU CAN MAKE IT !!
KOBAYASHI YOUNG
小林のわけもん
Vol.26

小林にゆかりのある
「がんばる若者」を紹介!

ブリッジザギャップ
(株)BRIDGE the gap
とのところ あやみ
殿所 礼望 さん(25)

「小林に行ったら何かある」と思ってもらえるよう、地域の魅力を発信したい

BRIDGE the gap に勤務する殿所礼望さん(真方)は、同社が運営するゲストハウスの受付や清掃などの運営全般を行いながら、レストランのホールスタッフとして働いています。

「市外に出たことで、地元の良さを考えるきっかけになりました」。

地元の高校を卒業後、市外の幼稚園に勤務していましたが、地元活性化のため、自分も役に立ちたいと思い帰郷。知人の紹介で現在の会社に就職しました。

「ゲストハウスは共有スペースがあり、利用者同士の新しい交流が生まれる場所なんです」。

何より人とのつながりを大切にしている殿所さん。自分一人ではできないことも、誰かの助けがあればできるとの思いで、積極的に交流を図っています。

「交流で生まれた繋がりを活用して、小林に来たら何かあると思ってもらえるよう、地域の魅力を発信していきたいです!」と今後の目標を笑顔で話します。

仕事は「大変だけど“辛い”と思っただけではない」と殿所さん

SUKUSUKU



ながさき みつき
長崎 美希 ちゃん
平成28年10月14日生
美希のおかげで我が家は笑顔がいっぱいです。すくすく元気に育ってね!
父：勇樹 母：真理



ながさき こうだい
長崎 輝大 くん
平成30年9月15日生
いつもニコニコでわんぱくな輝大くん。たくさん食べて大きくな〜れ♡
父：勇樹 母：真理

【すくすく申込先】・地方創生課 TEL 23-1148 メール info@city.kobayashi.lg.jp

きずな協働体通信

このコーナーでは、市内7地区で設立された「きずな協働体」の活動やイベント情報を紹介します!



東方校区
まちづくり協議会

二原ん田んぼで泥んこバレー大会を開催

6月30日(日)第14回H.A.は、ハ、笑うどカップ!泥んこバレー大会が二原の田んぼで開催されました。梅雨空の中、田んぼの中では、泥まみれの珍プレー好プレー続出の熱い戦いが繰り広げられ、拍手や笑いの歓声が田んぼに響きました。高山やろう会主催で行われていた大会を、今年から地域・人づくり部会が協力する事になり、前日の昼食用のカレーの準備や当日の調理、会場設営などの手伝いを行いました。泥んこバレーの参加者や応援の人に、昼食のカレーは美味しいと好評でした。来年も多くの人に参加して頂き、楽しんでもらいたいです。



二原の田んぼの中で、泥まみれの熱戦が繰り広げられました

南校区
まちづくり協議会

農業体験「どろんこ田植えチャレンジ」を開催!



10月に収穫体験祭を開催し、伝統的な掛け干しによる美味しいもち米ができる予定です

6月23日(日)に、自分たちで育てた作物の美味しさ、食のありがたみ(作る大変さ)、大地の恵みを感じてもらうために、もち米づくり農業体験「どろんこ田植えチャレンジ」(作付け)を孝の子地区田んぼにて開催しました!約50人の参加をいただき、1反分のもち米(苗)を植えました。参加した子どもたちは、素足で土の感触を感じ、どろんこまみれになりながら田植えに試行錯誤し、農家の人の指導を真剣に聞いていました。植えたもち米は、地元農家の協力のもと育成管理をしていただきます。

細野
まちづくり協議会

細野小学校5年生に農業体験授業!

6月27日(木)、細野小学校の5年生が、JAこばやし青年部中央支部、子ども育成部会の協力のもと、お米学習の一環として、学校近くの実習田でもち米の田植え体験を行いました。

JA青年部に、苗がお米になるまで4か月ちよつとかかる事や、それまでにどんな作業をしてどんな苦労があるのかを教してもらい、感謝の気持ちをもち、たくさんお米ができる事を祈りながら植える事を教わりました。心配された雨も降らず、みんな泥んこになりながらも元気いっぱい楽しみながら植える事ができました。



今後は苗の成長を観察し、秋には稲刈り体験、12月には餅つきも計画されています



奉祝 天皇陛下御即位

日本神話の郷 **霧島岑神社**

小林市細野(夷守) 4937 社務所 Tel Fax 0984-23-0855
(細野中より南へ1.2km直進) 宮司携帯 090-3735-9954

小林市で働くママさん応援します!
宮崎県【仕事と家庭の両立応援宣言】企業

会社説明見学会 & 面接相談会

説明見学会だけでもOK! 雰囲気やどんな仕事なのか是非ご覧ください。

随時受付中

お申込みは ☎0984-22-0101

【場所】小林市細野334-4 [宮崎支社] 秘書センター株式会社

DAIKIN ホンザキ株式会社 MITSUBISHI ELECTRIC CHOFU

エアコン大量入荷!

三菱電機霧ヶ峰・ダイキンエアコン特約店

有限会社 安藤冷凍設備

☎0984-23-4002

エアコン工事販売・修理、ボイラー・厨房機器販売

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

大好評につき今年も募集中
九州で300カ所限定。

遊ばせている土地を収益化しましょう!

太陽光発電で土地活用!!

京セラソーラーコーポレーションに土地(800~1500㎡)を貸してください。

※お問い合わせ多数のため、現地確認に時間がかかっています。ご連絡の際に地番をお伝えいただくと確認がスムーズになります。

京セラソーラーFC 熊本 ☎0120-38-5570 【祝日休】
熊本市南区江越2丁目22-7 <営業時間>10:00~17:00 運営会社/(株)西日本ケイエス

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 / Fax 22-5142
〒886-0003 小林市堤 3727 番地 1
<http://wada-clinic.or.jp/>

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

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