

10月9日（水）放送分

○糖尿病予防教室（保健課）

10月22日（火）、午前9時30分から農業振興センターで、糖尿病予防教室を開催します。今回は塚本内科医院津賀クリニックの塚本啓子（つかもとけいこ）先生をお招きし、糖尿病について講話をしていただきます。

糖尿病は自覚症状がなく、放置すると重篤化してしまう恐れがありますが、早期に生活習慣を改善することで、血糖値のコントロールができるとも言われています。ご自身やご家族が糖尿病または、糖尿病に関心がある方は、この機会にぜひご参加ください。

参加をご希望の方は、10月11日（金）までに、保健課電話0866-54-1326番にご連絡ください。

○講演会（教育委員会事務局）

吉備中央町図書館から、図書館講演会のお知らせです。開催日時は、10月19日、土曜日、午前10時から11時30分まで、場所は、ロマン高原かよう総合会館多目的ホールです。講師は、日本一小さな刑務所に勤務されている管理栄養士の黒柳(くろやなぎ)桂子(けいこ)氏です。昨年『めざせ ムシヨラン三ツ星』という塀の中の食事のことや食を通じての更生のことなどを書いた本を出版され、全国を講演で回られています。分かりやすく楽しい講演ですので、中学生以上の方を対象にしています。当日は実際に刑務所を出しているレシピの試食もあります。

お申込みは、チラシに記載の専用フォーム、または、かもがわ図書館、電話0867-34-1115番、ロマン高原かよう図書館、電話0866-54-1331番へお願いします。