

1月24日（金）放送分

○冬の脱水予防（地域包括支援センター）

冬場は汗をかきにくく、脱水に気づきにくい季節です。しかし、暖房や乾燥した空気、体温調節のための水分消耗により、脱水症状が起こる可能性があります。こまめな水分補給を心がけ、喉が渇く前にお茶や水を飲みましょう。

また、外出時や運動時は特に注意が必要です。温かい飲み物を利用するのも効果的です。脱水予防は健康を守る第一歩です。家族や周囲の方とも声を掛け合い、安心して冬を過ごしましょう。

○町税、保険料の納期（税務課・保健課・福祉課）

今月は、町県民税、国民健康保険税、介護保険料および後期高齢者医療保険料の納付月です。

納期限は、1月31日金曜日です。お忘れなく納付していただきますようお願いいたします。

口座振替を依頼されている方は、預金残高の確認等をよろしくお願ひします。

○「歴史講座 吉備高原地帯の館」開催（教育委員会事務局）

開催日時は、2月2日、日曜日、午後1時30分から3時まで、場所は、農村環境改善センターです。講師は、岡山学院大学教授、尾崎聡氏で、山陽新聞カルチャークラブでも、中世の城跡についての講座を開講されています。

今回のテーマは、吉備高原の地形を生かして造られた守護の城館です。吉備中央町北、妙本寺の近くにあったという、町指定文化財「伊達弾正館跡」や井原市星山にある「三村氏の館跡」を挙げて話をされます。750年前のこの町に想像を膨らませ、戦国の歴史をたどってみませんか。

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、または、ロマン高原かよう図書館、電話0866-54-1331番へお願ひします。

○宝くじふるさとワクワク劇場 in 吉備中央

地元出演者公開オーディション（協働推進課）

3月15日（土）に開催される宝くじふるさとワクワク劇場 in 吉備中央で吉本新喜劇メンバーと一緒にステージで共演してみませんか。オーディションは2月15日（土）ロマン高原かよう総合会館にて開催しま

す。応募方法は、協働推進課電話0866-54-1301番またはメールで受付します。

詳しくは、広報きびちゅうおう1月号または町公式ホームページをご覧ください。