

2月1日（土）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。

○トレーニングルーム利用休止（協働推進課）

ロマン高原かよう総合会館のトレーニングルームは、2月2日（日）、「ベーゼンドルファー発信企画2024 ファミリーコンサート」開催のためご利用いただけません。

ご不便をおかけしますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

○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。