

8月9日（日）夕～8月10日（月）朝 放送分

◆火災予防（総務課）

現在、日照時間が長く気温が高くなりやすいため、火災が発生しやすくなっています。ちょっとした不注意により、短時間で広範囲に燃え広がりますので、火の取り扱いには十分注意していただき、火災予防に努めてください。また、たき火等を行う場合には、消防署への事前の届け出が必要となります。届け出に関することは、岡山西消防署吉備中央出張所、電話０８６７－３４－０１１９番までお問い合わせください。

◆第３回健康まるごと教室開催（保健課）

8月25日火曜日、午前9時30分から農業振興センターで、健康まるごと教室を開催します。今回は、管理栄養士の高原一恵（たかはらいちえ）先生をお招きし、生活習慣病と食事について講話をしていただきます。近年、生活習慣病の予防や健康寿命の延伸を図るうえで、日々の食生活の見直しや改善が極めて重要となっています。バランスの取れた食事や適切な栄養摂取、さらに減塩などの工夫についても注目が高まっております。関心がある方は、この機会にぜひご参加ください。

今回は、ご家庭の汁物の塩分濃度チェックや調理実習も予定しています。講話のみの参加も可能です。参加をご希望の方は、8月17日月曜日までに、保健課電話０８６６－５４－１３２６番までご連絡ください。