

### 第2回高梁歴史いろは塾

第2回目のテーマは「明治の思想家 網島梁川」です。

- 日時 9月16日(土)午前10時～正午
- 場所 有漢生涯学習センター
- 講師 秋葉将さん(市文化財保護審議会副会長)
- 申込期限 9月8日(金)

※総合戦略課または社会教育課にお申し込みください。参加費は無料です。

問 総合戦略課 ☎(21)0257  
社会教育課 ☎(21)1516

### 事後評価原案の公表

都市再生整備計画事業で実施した「高梁中央地区」の整備事業が完了したので、事後評価原案を公表し、市民の皆さんから意見を募集します。

- 閲覧期間 8月10日(木)から8月31日(木)までの午前8時30分から午後5時15分(土・日曜日、祝日は除く)
- 閲覧場所 まちづくり課、各地域局(市ホームページにも掲載)
- 意見の提出 原案について意見のある人は、閲覧期間中に意見書(任意様式)を閲覧場所へ提出してください。

問 まちづくり課 ☎(21)0238

### 美術館・図書館巡りバスツアー

高梁市図書館や市内の文化施設に関心を深めてもらうため、文化施設を巡るボンネットバスツアーを開催します。

日	行程
8月25日(金) 川上地域	川上地域局発→成羽美術館→歴史美術館→高梁市図書館→川上地域局着 ※午前9時30分発～午後3時30分着
8月28日(月) 成羽地域	成羽美術館発→漫画美術館→高梁市図書館→成羽地域局着 ※午前9時30分発～午後3時20分着
8月29日(火) 有漢地域	有漢地域局発→漫画美術館→成羽美術館→高梁市図書館→有漢地域局着 ※午前9時発～午後3時20分着
8月30日(水) 備中地域	備中地域局発→漫画美術館→成羽美術館→高梁市図書館→備中地域局着 ※午前9時発～午後3時40分着

■参加費 無料

※美術館は一部高校生以上有料です。詳しくは社会教育課までお問い合わせください。

■申し込み 8月24日(木)までに各地域局へお申し込みください。(先着20人)  
問 社会教育課 ☎(21)1514

### こどもの健診(9月)

種別	場所	対象	日	時間	問い合わせ先
乳児健康診査	高梁保健センター	平成28年12月生まれ 平成29年5月生まれ	13日(水)	午後1時～1時30分 (受付)	健康づくり課 ☎(21)0228
	成羽健康管理センター	平成28年11月～12月生まれ 平成29年4月～5月生まれ	15日(金)		
1歳6カ月児健康診査	成羽健康管理センター	平成28年2月～3月生まれ	15日(金)		
2歳6カ月児健康診査	高梁保健センター		20日(水)		
	高梁保健センター	平成27年2月～3月生まれ	7日(木)		

### 第2回子育て講座 ～ママのためのリラックスストレッチ講座～

- 日時 9月6日(水)午前10時30分～11時30分 ●場所 吉備国際大学国際交流会館 2階多目的ホール
- 講師 高田康史さん(吉備国際大学心理学部子ども発達教育学科講師) ●対象 子育て中のママ
- 内容 簡単な運動やストレッチを通してリフレッシュ＆リラックスしましょう。
- 申込方法 8月30日(水)までに吉備国際大学たかはし子育てカレッジ実行委員会事務局(こども未来課)までお申し込みください。
- 申込先 問 こども未来課 ☎(21)0288

## 健康づくり応援通信 ④

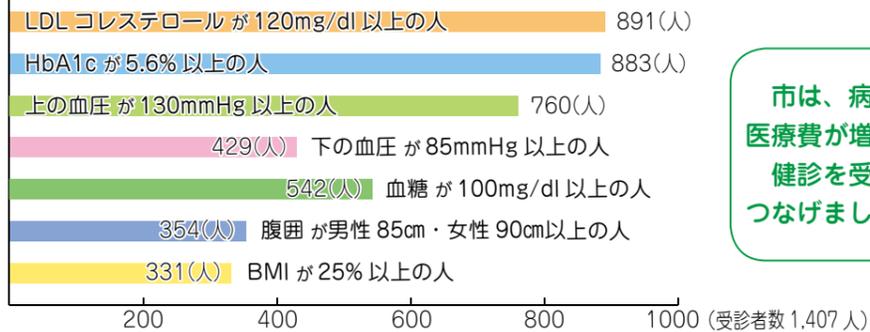
問 健康づくり課 ☎(21)0267

### ◎特定健診を受けましょう!

食生活の乱れ、運動不足、喫煙習慣などが積み重なって発病する心臓病・脳卒中・糖尿病などの病気を「生活習慣病」といいます。特定健診を受けることで、生活習慣病の前兆であるメタボリックシンドロームを早期に発見し、生活習慣病の発症を未然に防ぎましょう。

### ○高梁市の特定健診結果から見えること

平成27年度の特定健康診査を受けた人(受診者数1,407人)で、数値が正常値を超えた人は下記の表のとおりです。男女ともに、血管を傷つける、LDLコレステロール・HbA1c・血糖が高く、生活習慣病になりやすい傾向があります。



市は、病気が重症化して医療にかかり、医療費が増加する傾向にあります。健診を受けて、早期発見・早期治療につなげましょう。

### 運動教室へ参加しよう!!

市は、吉備国際大学と連携して、吉備国際大学フィットネススタジオで運動教室や体力測定を実施しています。10月から、体重やウエストサイズが気になる人を対象に新たな教室が始まります。毎月体力測定日も計画していますので、募集の際はぜひご参加ください。



### 子育て支援・健康相談情報(9月)

種別	場所	日	時間	問い合わせ先
さてらいとひろば“ゆうゆう”	落合児童館	12日(火)	午前10時～11時30分	子育て支援センター ☎(22)2450 こども未来課 ☎(21)0288
ゆう・ゆうタイム(長寿園慰問) ※要予約・子育て支援センターは午前中休館	子育て支援センター	8日(金)	午前10時～11時30分	
赤ちゃんタイム 家庭相談日		1日・15日(金) 14日・28日(木)	午前10時～正午 午前10時～午後4時	
吉備プレーパーク	吉備プレーパーク 第1・第2子ども広場	24日(日)	午前10時～午後4時	吉備国際大学心理学部 子ども発達教育学科 ☎(22)9273 こども未来課 ☎(21)0288
ちびっこ広場	成羽健康管理センター	21日(木)	午前10時～11時30分	健康づくり課 ☎(21)0228
あそびのひろば	川上児童館	14日(木)	午前10時～正午	
親子ふれあい教室	有漢保健センター 高梁保健センター 有漢保健センター	8日(金) 27日(水) 8日(金)	午前10時30分～正午 午前10時～正午 ※受付は午前10時～11時	
育児相談・プレママ相談	成羽健康管理センター	21日(木)	午前10時～正午 ※受付は午前10時～10時30分	川上児童館 14日(木) ※受付は午前9時45分～10時
教育相談	教育委員会相談室	月～金(祝日除く)	午前9時～午後5時	
病態栄養相談	備北保健所	14日(木)	午前10時～11時(要予約)	備北保健所 ☎(21)2835
子どもの心とからだの総合相談		14日(木)	午後1時～3時(要予約)	
思春期・ひきこもり相談		19日(火)	午後2時～4時(要予約)	
精神保健福祉相談	備北保健所	6日(水)	午後2時30分～4時30分(要予約)	備北保健所 ☎(21)2836
エイズ・性感染症検査 B・C型肝炎検査/骨髄ドナー検査		26日(火)	午後1時～2時(要予約)	