

吹屋まるごとマルシェ2023

旧吹屋小学校を中心として食べ物やスイーツ、雑貨の販売、高梁市図書館による移動図書館、音楽ライブやパフォーマンスイベント、旧吹屋小学校開校1周年を記念した記念コンサートを開催します。

日時 5月3日(水・祝)午前10時～午後4時

場所 旧吹屋小学校および吹屋ふるさと村

入場料 無料(一部有料の施設やイベントあり)

問吹屋まるごとマルシェ実行委員会事務局 藤村典由さん ☎090・7978・3770

建設技師養成奨学金

対象 次の全てに該当する人

①高等学校、高等専門学校、大学などに在籍し、土木・建築技術系の学科を専攻していること。

②成績が優れ、性行が正しく、心身が健康であること。

③学校などを卒業もしくは終了後に、市の機関、または市内の土木建築関係事業所に建設技師として勤務する意思があること。

定員 令和5年度は3人程度を認定(審査で決定します)

貸付金額 月額5万円(無利子)

貸付方法 貸し付けを決定した年度の4月から学校や大学の卒業などの月まで、毎年度4期に分けて貸し付けます。

申し込み 奨学金借入申請書に必要事項を明記し、必要書類を添えて監理課へ提出してください。申請書は提出先に備えているほか、市ウェブサイトからもダウンロードできます。(受付期間は貸付決定者が予定人数に達するまで)

返還・免除 市の機関や市内の土木建築関係事業所において、建設技師として従事する期間が奨学金の貸し付けを受けた期間の3倍に相当する期間、または10年のいずれか長い期間に達したときは、返還を全額免除します。(一定期間に満たない場合は一部を免除)

問監理課 ☎21・0235



健康づくり応援通信

問健康づくり課 ☎21-0228

たばこと健康

たばこは、がんをはじめ、さまざまな病気の原因になるほか、メンタルヘルスや新型コロナウイルス感染症の重症化への影響も報告されています。「失敗しても大丈夫」という気持ちで、禁煙への一歩を踏み出してみませんか？

たばこを吸うと…

- ・たばこに含まれる化学物質が全身に広がり、がんにかかりやすくなります
- ・ホルモンバランスが崩れ、糖尿病や脂質異常症を引き起こしやすくなります
- ・たばこに含まれるニコチンは、血管収縮・血流不良を引き起こし、高血圧の危険性を高めます
- ・周囲の人も受動喫煙により、肺がんや循環器・呼吸器疾患や乳幼児突然死症候群につながります

また、近年加熱式たばこが普及し、「紙巻たばこよりも害が少ない」と誤解されていますが、一部の発がん物質は少ないものの、さまざまな化学物質が含まれているなど、紙たばこと同様に非常に多くの有害物質が含まれています。

禁煙に近づくポイント

- ①灰皿を捨てる。喫煙所には近づかない
- ②冷たい水や熱いお茶を飲む
- ③ガムを噛む
- ④禁煙補助薬(ニコチンパッチ・ガムなど)や禁煙外来を利用する
- ⑤医師に相談することで、比較的容易に、より確実に、安く禁煙に近づきます

禁煙外来がある市内医療機関

- ・高梁中央病院
- ・成羽病院
- ・まつうらクリニック
- ・仲田医院
- ・藤本診療所

詳しくは、各医療機関のウェブサイトをご覧ください。