

### 11月14日は世界糖尿病デー

糖尿病は血糖値の上昇が原因となり、世界で5秒に1人の命を奪っている病気です。血糖値は何年もかけて上昇するため、喉の渇きやだるさなどの自覚症状が現れたときには、糖尿病が進行している可能性があります。定期的に健康診断を受け、血糖値などを確認しましょう。また、バランスの良い食事や適度な運動、禁煙、適正な体重を保つなど血糖値の上昇を防ぐ生活を心がけましょう。

健康推進課 ☎23・9559

### 糖尿病とは何か

#### 市民公開講座

時 12月2日(月) 13時30分～14時30分

場 刈谷豊田総合病院診療棟5階第1・2会議室

講 山口真依氏(医師)、西尾祐貴氏(臨床検査技師)

定 120人(当日先着順)

他 後日、病院HPで講座の内容を動画で公開します。

問 刈谷豊田総合病院 ☎25・8007

### 介護予防教室

時 12月5日(休) 13時30分～14時30分

場 介護老人保健施設ハビリースーツ木

内 健康寿命を延ばすために大切な、口の健康を保ち食べる力の低下を防ぐコツを学びます。

講 保田祥代氏(言語聴覚士) 20人(先着順)

申問 11月5日(火)から、電話(29・3611)で介護老人保健施設ハビリースーツ木へ。



がんにならないために心がけること

#### 市民健康講座

時 12月13日(金) 13時30分～14時30分

場 総合健康センター

講 鈴木元氏(藤田医科大学教授)

対 市内在住の人 80人(先着順)

持 筆記具

他 カンガールームで1歳以上の未就学児をお預かりします(定員あり)。11月22日(金)までに、LINE、電話または直接健康推進課へ。

申問 11月5日(火)から、LINE、電話(23・9559)または直接、健康推進課へ。

ID 1003387

### 催し

#### リサイクル家具などの展示・販売

展示入札期間 11月1日(金)～10日(日)(※5日(火))

場 リサイクルプラザKC

内 再生補修家具などの入札※応札価格は100円から

対 市内または知立市在住の人

開札・連絡・引渡期間 11月13日(水)～17日(日)

※営利目的の入札、開札後の返品およびキャンセル不可※引渡期間内に取りに来られない場合は落札無効になり、以後入札ができなくなりま

す。問 リサイクルプラザKC ☎21・7251



#### 農業まつり

時 11月16日(土) 9時～15時(雨天決行)

場 JAあいち中央刈谷営農センター・刈谷南支店

内 農畜産物品評会、産地直売市、バザー、ゲーム、ステージイベントほか

問 JAあいち中央刈谷営農センター ☎27・8810

#### 第10回全国高校生コマ大戦

時 11月16日(土) 11時～17時40分

場 産業振興センターあいおいホール

内 全国から約100チームが集結し、製作したコマを使って直径25cmの土俵の上で戦います。

#### ◆ロボット展示

時間 11時30分～15時

内 自律草刈りロボットやからくり搬送車などの展示・実演

#### ◆コマ製作教室

時間 12時～14時30分

内 部品を組み合わせてコマを作ります。作ったコマは持ち帰れます。

問 商工業振興課 ☎62・1016

ID 1011614



#### 刈谷駅北口周辺 花いっぱい運動

時 11月26日(火) 10時～12時

場 南桜街園

内 街中に花を植え、美化活動を行います。

持 小型スコップ、軍手、飲み物、帽子、タオル

他 11月19日(火)10時～12時に土作りを行います。

問 NPO法人まちづくりかりや ☎45・6440

#### 刈谷・安城・知立・高浜・東浦就職フェア

時 12月7日(土) 10時～15時

場 産業振興センターあいおいホール

内 地元の優良企業約60社が参加する就職フェア

対 令和7年および8年3月卒業予定の大学・短大・専門学校生、既卒者(卒業後3年以内)、中途求職者(おおむね45歳未満)

他 詳細は、かりや就職ガイドHPをご覧ください。

問 商工業振興課 ☎62・1016

### 暮らし

#### 個人事業税第2期分の納期限は12月2日(月)

8月中旬に県から送付した第2期分の納付書により、金融機関やコンビニ、県税事務所などで納付してください。納付書を紛失した場合は県税事務所へ問い合わせてください。

問 西三河県税事務所 ☎0564・27・2848