

狂犬病予防注射を実施します

〔平成25年度狂犬病予防注射日程表〕



期日	時 間	場 所
4/3 (水)	13:00~13:05	吉 田 公 民 館
	13:10~13:15	八 反 田 公 民 館
	13:25~13:35	長 目 公 民 館
	13:40~13:45	中 島 公 民 館
	13:55~14:05	上 中 島 公 民 館
	14:20~14:30	西 光 寺 公 民 館
	14:40~14:50	辻 川 公 民 館
	15:00~15:10	新 町 公 民 館

期日	時 間	場 所
4/4 (木)	13:00~13:05	桜 公 民 館
	13:15~13:25	田 口 公 民 館
	13:30~13:35	板 坂 公 民 館
	13:40~13:45	高 岡 郵 便 局 前
	13:55~14:00	長 野 公 民 館
	14:10~14:15	神 谷 公 民 館
	14:25~14:35	財 産 区 会 館 前
	14:45~14:55	馬 田 公 民 館
	15:05~15:10	出 屋 敷 公 民 館

期日	時 間	場 所
4/5 (金)	13:00~13:10	西 野 公 民 館
	13:20~13:30	田 尻 公 民 館
	13:40~13:45	北 野 公 民 館
	14:00~14:10	大 門 公 民 館
	14:15~14:25	加 治 谷 公 民 館
	14:30~14:35	亀 坪 い ち い 会 館
	14:45~14:55	西 大 貴 公 民 館 前
	15:00~15:10	東 大 貴 公 民 館

期日	時 間	場 所
4/8 (月)	13:00~13:10	井ノ口 公 民 館
	13:20~13:30	山 崎 公 民 館
	13:40~13:50	福 田 公 民 館
	14:05~14:10	北ノ岡 団 地 集 会 所
	14:20~14:30	西 谷 公 民 館
	14:40~14:50	西 治 公 民 館
	15:00~15:10	高 橋 公 民 館

期日	時 間	場 所
4/9 (火)	13:00~13:10	南 大 貴 公 民 館
	13:20~13:30	余 田 公 民 館
	13:45~13:55	庄 公 民 館
	14:05~14:15	小 倉 公 民 館
	14:25~14:35	鍛 冶 屋 公 民 館
	14:45~14:55	庄 西 組 集 会 所

集合注射の料金

- 今年初めて登録する犬 6,200円
(登録料3,000円+注射料3,200円)
 - 登録済の犬 3,200円
(注射料のみ)
- ※つり銭のいらないようにお願いします。

(住民生活課)

☆犬の死亡・転出・転入・登録事項の変更があった場合は、住民生活課に届け出てください。

☆犬を確実に扱える方が連れて来てください。注射時に犬の固定ができない場合は注射をお断りする場合があります。

☆犬の登録と、生後3か月以上の犬への年1回の狂犬病予防注射は飼主の義務です。必ず行ってください。

☆犬の登録をされている方には、3月中に狂犬病予防注射の通知をお送りしますので、集合注射会場に必ずご持参ください。

短歌会

煩惱の消ゆるはあらぬ現し身の髓まで照らせ
昇る日輪 北 淨代

初春のはろ酔い夫のたわむれに目じり下げつ
つ「よろしく頼む」 大畑 輝代

早朝の空に浮べる満月の光放たぬ雲色なりき
向井記美子

歳度の般若心経あげたるや瀬戸の夕映え煌め
ける時 山口 旭

老ゆるほどに巡りは速し除夜の鐘今日ある令
ぬくめて寝ねむ 多田千枝子

木枯らしに柿の実一つ残りをり紺碧の空にそ
の実かがやく 井奥 輝明

挽ねに熟れし蜜柑ばたけの昼静か初冬の光そ
こに集まる 大野八重子

雨上りの道に張りつく銀杏の葉避けて小さく
跳ぶように行く 松岡 澄子

除夜の鐘ひびく星空中天に立つオリオンの瞬
きを見る 山下 清市

歩こう会に登る坂道苦しかり二吸ひ二吐きに
息ととのふる 永井 健

雨上がりの落葉に足音吸われゆく樹々の肌
匂いたつ午後 内山 嗣隆

俳句会

ゆつくりと盆地の町に初日の
出 廣瀬 純水

見馴れたる稜線染めて初日の
出 石川 晃美

若者に歩を合わせ行く初日影
出 柴田 喜美子

初日の出今朝の散歩も変わり
なく 浦上 千秋

嬰兒の顔のかがやく初日の出
千家 栄子

水仙咲く野辺に傾く道しるべ
水 松岡 ちよの

海よりの風受け水仙楚々と咲
く 橋本 栄

掃き初めの砂にまみれし小さ
き鈴 村上 纓女

神の庭浄める巫女の初簪
き鈴 田原 よし子

掃き初めや外へは掃かず内に
掃く 志水 はる子

筆初め喜寿を慶び写経せり
大畑 せつ子

初風呂で老いし細腕さすりた
り 松本 喜代子

さりげなき軒の日だまり初雀
さ 長尾 美恵子

初風呂に一病抱えし身を洗め
初風呂 西村 瞳

腕白な児もかしこまる初詣
腕白な児 藤岡 照代

寂庭に華やぐ朱あり実千両
寂庭に華 岸上 加津美

三人寄り文殊の寺へ初詣
三人寄り 松岡 勝美



いつまでも
しあわせ(福)
ほがらか(朗)
福岡町



保健センターだより

福岡町健康づくりキャラクター ふくちゃん

麻しん風しん2期(就学前1年)、3期(中学1年生)、4期(高校3年生相当)
二種混合(小学6年生)の接種期限は3月31日です。
まだ お済みでない方は、早めに接種しましょう!

No.299

おめでとう!

3歳よい歯のお祝い会

平成24年度●後期

3歳児健診でむし歯のなかったおともだちです。これからも元気な歯、大切にしていね。

*敬称略()内は保護者名

中 島

いしがみ ななせ(昭 雄)
たかはし はつみ(秀 尚)
つじい あいな(良 太)
のぎき しおり(博 史)

大 門

たけべ あや(昌 弘)
ながさわ まりな(孝 記)
まつい こは(良 行)

山 崎

はしもと こうすけ(忍)
まつおか あいか(夏 希)
やすだ けいご(直 城)

西光寺

いけだ こうた(敏 和)
いけだ りょうすけ(敏 和)
ごとう たくみ(洋)
さいとう ゆうき(敬 二)
たきがわ がくと(当)
た だ なつき(慎 也)

南大貫

ふじもと まなか(寛 毅)

駅 前

おかざき けんいちろう(孝一郎)
かしお りょうせい(達 也)
とくもと ゆうあ(悠 喜)
にしむら こうき(照 明)
もりした あいり(勝 之)
やなせ こうたろう(元 大)

八反田

うしお まさと(智 裕)
まつもと じょうたろう(美由紀)

余 田

うさき ほのか(太 一)
まえかわ さやか(義 量)

福 田

おぐに か な(晴 祥)
たかおか れ あ(佑 輔)
ふじわら め い(謙 二)

吉 田

おぐら り よ(忠 志)
ないとう ましろ(淳 司)

庄

にしい ゆ あ(優 太)

井ノ口

たけうち ゆずき(明 大)

鍛冶屋

うえだ いつせ(哲 也)
うえだ ゆうき(剛 照)
しらい ひろと(智 和)

田 口

す が みおん(謙 輔)

辻 川

えびす あかね(信 吾)
おかもと しゅんや(和 成)
おがわ いくと(慎 也)
きたばた あいら(大 輔)
きょうごく ゆきな(悟 史)
ごとう てんた(謙 治)
しみず いっせい(裕 介)
ふじわら はるき(直 大)

新 町

あづみ り あ(裕 輔)
かしわばら おとは(正 好)
きむら さくと(貴 行)
ふじはら そら(豊 樹)
よこみね ありさ(智 充)

桜

にしかわ ようし(勝 吾)
もりもと りくと(浩 二)

田 尻

いのうえ あいか(周 弥)
きゅうご あゆむ(静 香)
こばしがわ ち お(恵)
しみず はると(昭 仁)
みつもり ろーさ(康一郎)
みやもと あかね(康 隆)

馬 田

あんも しおり(秀 文)
たかた せいのすけ(昌 弥)
はるな げんき(寛 昭)
みつもり しゅうが(唯 花)

西 治

う えの か ん な(拓 馬)
う しお り さ(健 二)
おおにし さ お と(亜希奈)
しんざいけ え り か(充)
たかはら か え で(直 也)
なかはら けんしん(大 輔)
はしもと あ や か(大 介)

「保健センターだより」の内容についてのお問い合わせは、福岡町保健センター(☎22-0560)まで

平成25年度 会員募集のお知らせ

申し込みは保健センターへ

福崎町 いずみ会

健康づくりは良い食習慣から

いずみ会は地域の誰もが健やかに過ごせることを願って活動しています。
新しい仲間を募集中です。いっしょに楽しい活動を楽しみましょう。

Q1. いずみ会ってどんな活動をするの？

A. 調理実習のほか、健康講座やもちむぎを使った料理の研究を行っています。地域の方といっしょに料理をしたり、保育所に手作りおやつを配ります。

Q2. 誰でも参加できるの？

A. 町内にお住まいの方ならどなたでも参加できます。若すぎるから…年やから…と遠慮しないで、いっしょに活動しましょう。

Q3. 費用はかかるの？

A. 年会費として1,500円を徴収します。



Q4. 料理教室とは違うの？

A. お米や大豆を使った料理など、新しい料理も覚えますが、覚えた料理を家庭や地域に伝えることを目的として勉強会を行います。

いっしょに楽しく活動しましょう。
待ってまーす！

Q5. 活動の回数は？

A. 月1回程度の定例会のほか、関心のあるテーマを決めてグループ活動を行っています。食育に関するボランティア活動にも無理のない範囲で協力しています。

気功教室

中国に古くから伝わる東洋医学の総合健康法である「気功」。心地よい音楽に合わせながら、身体をほぐし、心をほぐすことにより、「気」の流れを良くして身体のリズムを整えます。また、心の悩みなど、相談のある方は、講師による個別カウンセリングを行います。(要予約) 身体はもちろん、心の健康づくりに、ぜひお役立てください。

参加対象 福崎町在住の方（年齢は問いません。）

参加費 (月1回コース) 1,800円
(月2回コース) 3,600円

※初回参加の時に前納していただきます。

講師 李敬烈さん

申込方法 3月22日(金)までに保健センターへ(内線360~363)
FAX22-7566(住所・氏名・年齢・電話番号を明記してください。)

☆月1回コース☆

場 所	曜日	時 間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
八千種研修センター (定員25人)	原則 第2土曜	10:00~11:30	13	11	29	13	24	14	26	9	14	11	8	8

☆月2回コース☆

場 所	曜日	時 間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
エルデホール (定員30人)	月曜 または 金曜	13:30~15:00	5 19	20 27	14 28	5 12	19 30	6 27	4 21	15 25	2 16	20 27	3 17	3 17
保健センター (定員20人)			5 19	20 27	14 28	12 26	19 30	6 27	4 21	15 25	2 16	20 27	3 17	3 17

自殺対策強化月間

平成24年のわが国の自殺者数は15年ぶりに3万人を下回りましたが、厳しい情勢が続いていることに変わりはありません。かけがえのない身近な人の命を守るために、私たち一人ひとりができることにいっしょに取り組んでみませんか。

「つながる 支える いのちと心」
大切な人の悩みに気づいてください

あなたも“ゲートキーパー”になりませんか

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

☆気づき…家族や仲間の変化に気づいて声をかける

☆傾聴…本人の気持ちを尊重し耳を傾ける

☆つなぎ…早めに専門家に相談するよう促す

☆見守り…温かく寄り添いながらじっくりと見守る

保健センター3月定例行事予定

内 容	月日(曜)	対 象	場 所	受付時間
一般健康相談	3/11(月)	一般希望者	保健センター	9時30分～11時
母子健康手帳交付	月～金	妊 婦		8時30分～17時
すくすく相談	3/11(月)	乳児希望者		10時30分～11時30分
		幼児希望者		13時30分～15時
1歳お誕生相談	3/11(月)	H24.3月生まれ児		9時30分～10時
3か月児健診	3/27(水)	H24.12月生まれ児		13時15分～13時45分
4か月児健診	3/19(火)	H24.11月生まれ児		13時15分～13時45分
10か月児のあばばクラブ	3/27(水)	H24.5月生まれ児		9時45分～10時
1歳6か月児健診	3/13(水)	H23.7.8月生まれ児		13時30分～14時

予防接種

- ※二種混合、三種混合、四種混合、日本脳炎、ポリオは、接種間隔に気をつけましょう。
- ※麻しん風しん混合(MR)予防接種は、接種期間が1年間です。忘れず早めに接種しましょう。
1期(1歳から2歳の間) 2期(就学前1年の幼児) 3期(中学1年生に相当する年齢) 4期(高校3年生に相当する年齢)
なお、2期・3期・4期の対象者で、まだ接種を受けていない方は早めに受けましょう。
- ※予防接種は、事前に医療機関へ電話予約してから受けましょう。

チャレンジしよう!朝ごはん



西川海斗さん(福岡小学校6年)の作品

おかかオムライス

おかかオムライス

- 材料 ・玉子1個 ・かつおぶし1袋
・ごま少々 ・しょうゆ少々
・のり少々 ・ごはん1杯

- 作り方 ①ごはんに、おかか、ごま、しょうゆを入れて混ぜる。
②玉子をといて、フライパンで焼く。
③焼いた玉子でごはんをくるむ。
④のりをのせる。

コンソメスープ

- 材料 ・たまねぎ1/4個 ・にんじん1/4本
・固形コンソメ1個 ・塩こしょう少々

- 作り方 ①たまねぎとにんじんを切る。
②ふっとうした湯に入れる。
③固形コンソメを入れて煮込む。
④塩こしょうで味をつける。

フルーツ

- 材料 ・キウイ1個
作り方 ①皮をむいて切る。

玉子をやぶれないように焼くこと!

全世帯対象に行います! 必ずご提出ください!!

平成25年度 健診意向調査 兼 町ぐるみ健診申込

～年に一度は必ず健診を受けて

ご自身の健康状態を確認しましょう～

今年度、みなさんはどこで健診を受けられますか。毎年町ぐるみ健診で受けられる方、職場健診を受けられる方など、いろいろな機会で健診されていると思います。

今年度は、町ぐるみ健診の申込とあわせて、18歳以上(高校生を除く)の方を対象に「健診意向調査」を実施します。提出期限は3月22日(金)です。ご協力をお願いします。

- ・3月中旬に各戸に配布します。
- ・調査用紙は、役場・文化センター・エルデホール・八千種研修センターに備えています。
- ・町ホームページからもダウンロードできます。

見本

高齢者運動教室「貯筋クラブ」参加者募集

年をとっても積極的に運動を続けることで心身の衰えを予防することができます。この教室で、筋力アップ、元気度アップを!

日 時 4月17日～7月3日の毎水曜日

場 所 第1体育館 1階 トレーニング室

講 師 町体育指導専門員

対象者 65歳以上で筋力トレーニングに興味のある方(健康状態により参加をご遠慮いただく場合があります)

定 員 15人(先着順)

内 容 ストレッチ体操、マシーントレーニングなど

申込方法 4月3日(水)までに、地域包括支援センター(保健センター内)へ。

申込時に保険料1,000円が必要です。

※この教室に過去3回参加されている方は、5月から始まる体育館のフィットネス教室にご参加ください。

問い合わせ先 地域包括支援センター(内線357～359)

◆福崎町民憲章◆

- 一、恵まれた自然を生かし、住みよい、調和のとれた町をつくりましょう。
- 一、豊かな伝統と歴史を守り、教養を深め、香りたかい文化の町をつくりましょう。
- 一、人を大切にし、みんなで助けあい、豊かな心がふれあう町をつくりましょう。
- 一、心と体をきたえ、健康で、明るく楽しい町をつくりましょう。
- 一、くふうと努力を重ね、生きがいある、未来をひらく町をつくりましょう。

施設電話案内

役場・教育委員会 ☎②0560
エルデホール ☎③1655
文化センター ☎②3755
図書館 ☎②3790
生活科学センター ☎②4977
体育館 ☎②1153
西部子育て学習センター ☎②7830
福崎子育て支援センター ☎②2308
東部子育て学習センター ☎②1058
サルビア会館 ☎②5848
もちの木会館 ☎②1564
保健センター ☎②0560
文珠荘 ☎②4051
春日ふれあい会館 ☎②5805

社会福祉協議会 ☎③0300
第1デイサービスセンター ☎③0310
第1在宅介護支援センター ☎③0800
第2デイサービスセンター ☎②6663
第2在宅介護支援センター ☎②7134
ホームヘルプステーション ☎②7135
シルバー人材センター ☎③1811
もちむぎのやかた ☎③1500
スポーツ公園 ☎③1292
老人ホーム ☎②0412
青少年野外活動センター ☎②0609
給食センター ☎②0710
歴史民俗資料館 ☎②5699
柳田國男・松岡家記念館 ☎②1000



新任職員が行く!



「まちの先生」健康指導・大塚記美代さん

今回紹介する「まちの先生」は、助産師の大塚記美代さんです。私たちは、福崎小学校の学童保育で健康指導の授業をされているようすを見学してきました。

健康指導の内容は、ノロウイルスなどの感染症や火傷等のけがに関する知識と予防法についてでした。自分たちで考えるクイズ形式の楽しい授業で、最初は騒然としていた子どもたちも、時間が経つのを忘れて参加していました。

大人でも知らないような専門的な話を子どもたちにわかりやすく話されていて、健康管理で大事なことは、正しい知識を持つこと、そして規則正しい生活を心がけることだと伝えておられました。

大塚さんは、出産・育児から介護に至るまで、幅広い知識を持っておられます。助産師という立場から、デリケートな問題であ



っても自分一人で抱え込んでしまわず、相談してほしいと言っておられました。福崎町内にもさまざまな「まちの先生」がいっぱいいます。積極的に相談し、地域で助け合いながら、心身ともに健康的な生活を送れるよう心がけたいですね。

(玉田誠司・塩見浩幸・石川祐規・岡本美菜子)

■表紙写真の説明

1月28日、エルデホールで、3歳よい歯のお祝いが行われました。元気なちびっこたちが大集合! 親から子へのメダル贈呈・むし歯予防の話の後、親子会劇団「たんぽぽ」による人形劇などで楽しめました。これからもむし歯のない歯、大切にしてくださいね。

(福崎町広報委員会・内線221)

町民のうごき

世帯数	7,220世帯	人口	19,591人
男	9,344人	女	10,247人
転入	29人	転出	50人
出生	7人	死亡	21人
平成25年1月末現在			