

もちむぎクッキングレシぴ⑭ 炊飯器で作るケーキサレ（塩味のケーキ）



“ケーキサレ”は、フランス語で塩味のケーキのこと。野菜やハムなどを入れて焼いた、いわば“お総菜ケーキ”です。甘くなくて、栄養バランスもばっちり。ランチやおやつ、夜食にもおすすめてですよ！旬の野菜を使って、いろんな味を楽しんでください。

作り方

粉、ベーキングパウダー、タンサンをあわせてふるう。
ブロッコリーを小房に切り分け、レンジで3分加熱する。
ベーコンは短冊切り、たまねぎ、にんじん、じゃがいもは粗みじん切りにする。フライパンで軽く炒める。

ボールに卵を入れ、牛乳、オリーブオイル、チーズを加えて混ぜ合わせる。

に の具を入れ、塩・コショウを加え軽く混ぜる。

に の粉を入れさっくりと混ぜ合わせる。

内釜に薄くサラダ油をぬり、生地を流し入れ、普通に炊く。
表面が水っぽかったら、裏返して再加熱（5分）。

材料（1升炊き1台分）

もちむぎ粉	1C
薄力粉	1/4C
ベーキングパウダー	小1
タンサン	小1
卵	3個
牛乳	100cc
オリーブオイル	50cc
（なければサラダオイル）	
チーズ	70g
（刻む、種類はなんでも）	



たまねぎ	1/2個
ブロッコリー	1/2個
にんじん	40g
じゃがいも	1個
ベーコン	3枚

もち麦ひとことメモ

「食物繊維」は魅力的！

野菜の食物繊維は、多くが水に溶けない不溶性で、便量を増やす役割があります。一方で一般的にとるのが難しいのが、水溶性の食物繊維です。

白米の
約25倍



玄米の
約4倍

食物繊維たっぷり

そのひとつであるβグルカンには、内臓脂肪蓄積の抑制、コレステロールの低減、血糖値上昇の抑制といった効果があると言われます。もち麦には、不溶性と水溶性、両方の食物繊維が含まれています。

お気づきですか？

夕刻のチャイムが変わりました

5月から、18時10分の防災行政無線のチャイムを「浜辺の歌」から「福崎町町歌」に変えて放送しています。ふるさとへの愛着の感じられる気品の高い歌詞とメロディです。ぜひ口ずさんでみてください。

福崎町町歌

町制30周年を記念して歌詞を一般公募し、作曲されました。（昭和62年7月制定）

1. 緑豊かな播磨路を
清く流れる市川に
つばさ広げて西東
文化の誇り高らかに
明日へのびゆく福崎町



2. 大地色どるサルビアの
強く優しい花に似て
老いも若きも健やかに
ふれ合う心へだてなく
未来明るい福崎町

3. めぐみ幾重に天然の
名所七種の滝音に
なびきいそむ日々の業
たゆまず築く礎の
永久に栄あれ福崎町

「福崎町お知らせシステム」をご活用ください

防災行政無線による放送の内容を、放送と同時に福崎町ホームページに掲載し、希望者に電子メールで配信しています。メール配信を希望する方は、ホームページから登録してください。



メール受信にかかる通信料は、受信者の負担となります。

QRコード（携帯電話用読み取りコード）でも登録できます。





現在、神戸大学では、福岡県教育委員会と連携して、8世紀にできた古代国家の地誌『播磨国風土記』の研究をすすめています。

風土記には、播磨国内の全12郡(下図参照)のうち、明石郡と赤穂郡をのぞく、あわせて10郡の地名(約360件)と、その起源説話が載っています。

このうち福岡町域が含まれる神前郡条には、郡名のほか、六つの里の名、その下にあった「村」「山」「川」「野」などの地名が、合計20例みえています(下表参照)。

現在の町域は、その頃、高岡里と多岐里の北部に属していたようです。その中には、「神前山」「奈具佐山」「八千軍野」「梗岡」「城牟礼山」そして「山使村(山崎村)」などが含まれていたと考えら

福崎の身近にある歴史を掘り起こそう

福崎町の「八千種」と風土記の「八千軍」

神戸大学大学院人文科学研究科地域連携センター 研究員

坂江 渉

れます。

昨年の夏以来、町内の八千種の地に比定される「八千軍野」をめぐる聞き取り調査・研究を始めています(本誌556号、播磨国風土記第五話参照)。

風土記では、この地名の起源について、

八千軍と云ふ所以は、天日杵命の軍、八千ありき。故に八千軍野と曰ふ。と書かれています。

わざわざ地名のいわれが、但馬国の出石郡に鎮座する「天日杵命」の軍勢の数の多さに結びつけて説明されていることは、とても興味深く、重要な研究課題となります。

ただ「やちくさ」の「八千」は多数をあらわす「聖数」ですから、「非常にたくさん」の草が生える野」というのが本来の意味だと思われます。

ところが、当時の「八千軍野」は、単に草原が広がるだけの土地ではなかったよう

です。かなりの数の人々、とくに須恵器(「灰色系で堅く焼いた土器」)を作る工人集団等が住んでいた痕跡があります。

現在の八千種の小倉地区には、須恵器の窯跡遺構の「福井谷遺跡」があり、また春日山の古墳からは「鴟尾棺」(「寺院の屋根の棟の両端にのせる鴟尾を棺に転用したもの」)が見つかっています。さらに時代が降って中世の史料には、隣接する「多田村」「山田村」「砥堀村」などと並び、「八千

草村」と出てきます。

これからみると、風土記の時代の「八千軍」にも「八千軍村」という村があった可能性は高いと思われます。

これまで、何人かの方々のご協力を得て、江戸時代の「庄村」と「鍛冶屋村」に相当する地区の、聞き取り調査を実施しました。地区内の生業・ため池・水利・信仰・寺院・講・祭り・年中行事・慣習・遊び・人の行き来など、生活に密着する身近な歴史情報を得ることができました。

これらを活用して、今後さらに風土記研究を深めるつもりです。

今年度は、「余田村」「小

郡名	村名・自然地名	里名	村名・自然地名
神前郡	山使村	多岐里	邑白野
高岡里	波白賀村		八千軍野
	生野		梗岡
	大内川		城牟礼山
川辺里	湯川	藤山里	藤丘
	栗鹿川		磨布理村
	勢賀川	的部里	青丘
高岡里	砥川山		石坐神山
	星峰山		高野社
	神前山		
	奈具佐山		

『播磨国風土記』神前郡条にみえる地名一覧



古代播磨の行政区分地図
(『播磨国風土記』神前郡条を参考)



風土記イラストより「八千軍野」

作成：福崎町図書館応援隊 紙芝居グループ

倉村」など、残りの旧村地区の聞き取り調査をしたいと思っています。住民の皆様のご協力を賜れば幸いです。

巡回バス『サルビア号』をご利用ください

文珠荘や買い物、病院など、町内の移動には巡回バスが便利です。

利用料 1回100円
お得な定期券もあります！

詳しくは、健康福祉課または巡回バス予約センター(☎24・3400)へお問い合わせください。

(健康福祉課)



巡回バス サルビア号(郊外便)

		運行エリア	運行日	運行方法
まちなか便 (12人乗)		駅前～新町～ 図書館～役場～ 田尻～文珠荘～ 辻川～西野～ 文化センター	月～土 毎日運行 (日・祝は 運休)	決まったバス停 を時刻どおりに 運行
郊外便 (8人乗)	川西地区	田口 高岡 福田 山崎 西治 高橋	月～土 奇数日 (日・祝は 運休)	電話予約が必要 です 郊外便の予約は 予約センターへ ☎24・3400
	川東地区	西田原 東田原 南田原 大貫 八千種	月～土 偶数日 (日・祝は 運休)	

ごみの分別・減量化にご協力を

資源ごみの分別

ごみステーションで収集された資源ごみは、再生処理業者に売却しています。

平成24年度は、これだけのごみが、収集運搬・処理・リサイクルの費用などにあてられました。

- ・空カン.....約38トン
- ・新聞.....約110トン
- ・雑誌.....約47トン
- ・ダンボール.....約36トン
- ・ミックスペーパー...約67トン

売却金 約507万円



使用済み天ぷら油の回収

使用済み天ぷら油などの廃食用油は、回収して精製すればディーゼル自動車の燃料(BDF)として再利用することができます。平成24年度は町内で2,854ℓを回収し、給食センター配送車(1台)でBDFを1,206ℓ使用しました。

【回収ボックス設置場所】

名 称	回収日・時間
イセダ屋福崎店(入口付近(屋外))	営業時間内
JA兵庫西 旬彩蔵福崎(入口付近(屋外))	
サクセスひのストア田原店(分別ボックス付近)	
ひのストア福崎店(分別ボックス付近)	
福崎町役場(入口付近)	開庁時間内
文化センター(生活科学センター北側)	
八千種研修センター もちの木会館(自転車置場付近)	

狂犬病予防注射 済ませましたか？

生後90日を経過した犬は、生涯一度の登録をし、毎年予防注射を受けなければなりません。

狂犬病は発症すると死に至ることもある恐ろしい病気です。未注射の犬は、必ず予防注射を受けてください。

また、注射済であるのに、狂犬病予防注射済票(黄色の金属小片)の交付を受けていない方は、次のものを持参して住民生活課で手続きを行ってください。

・注射済証(予防注射を行ったという獣医師の証明)

・交付手数料550円
未登録の犬については、登録手数料3000円が必要です。

(住民生活課)



平成24年度の農地法3・4・5条関係の申請状況をお知らせします



項 目	件数	面積(㎡)
農地法3条申請(農業をする目的で農地を売買・貸借する)	31件	37,468
農地法4条申請(農地の所有者が自分で転用する)	13件	6,226
農地法5条申請(他人の土地を買ったり借りたりして転用する)	31件	24,160

福崎町農業委員会の総会は毎月20日前後に開催されています。

農地法に関する各種申請・届出の締切日は毎月5日です。(閉庁日の場合は翌開庁日)

締切を過ぎると翌月扱いになりますので、売買・転用等を検討されているときは、余裕を持って早めにご準備ください。

○こんなときは農業委員会に申請・届出する必要があります！

3条(農地の売買・貸借)	農地を農地として「売買したい」「贈与したい」「貸借したい」場合は、農地法3条の申請・許可が必要です。	4条・5条(農地の転用)	自分の所有の土地を農地以外のもの(住宅・倉庫・駐車場など)に転用する場合、農地法4条の申請許可が必要です。 また、転用をするために他人名義の農地を売買・貸借する場合は、農地法5条の申請・許可が必要です。 (4条・5条とも市街化区域の農地は事前の届出で転用ができます。) その土地が農業振興地域の整備に関する法律にもとづく農振農用地に指定されている場合、原則転用はできません。農振農用地に指定されているかどうかは、農林振興課農政係に確認してください。
	相続による所有権移転の場合、農地法の許可は不要ですが、相続をした旨の届出を権利取得を知った日から概ね10か月以内に農業委員会に届け出る必要があります。		
	現在貸借している農地を都合により途中解約する場合は、両者合意のうえ、農地法18条等の合意解約通知書を農業委員会に提出してください。		
町へ申請 (農地の貸借) 利用権設定	市街化区域以外の農地を農地として貸借する場合は、農業経営基盤強化促進事業の申請を行い、福崎町が農用地利用集積計画決定(利用権設定)すると、農地法3条の許可を得なくても農地の貸借ができます。		

問い合わせ先 農業委員・農業委員会事務局(農林振興課内・内線313)

狩猟免許試験のご案内

兵庫県では、次のとおり狩猟免許試験を実施します。狩猟免許とは、狩猟期間中にシカやイノシシなどの狩猟鳥獣を捕獲するために必要な資格です。

【試験の日程・会場】

1回目

申込期間 6月3日(月)～18日(火)

「知識・適性試験」

7月6日(土) 姫路労働会館

「技能試験」(知識・適性試験合格者のみ)

・7月20日(土) 姫路労働会館

・7月28日(日) 生田文化会館(神戸)

2回目

申込期間 8月5日(月)～20日(火)

「知識・適性試験」

・9月11日(水) 姫路労働会館

・9月18日(水) のじぎく会館(神戸)

知識・適性試験合格者は同日の午後に技能試験が行われます。

【免許の種類】

・網猟・わな猟・第一種銃猟・第二種銃猟

【問い合わせ先】

県民局森林林業課

☎079・281・9289

初心者講習会のご案内

6月8日(土)と8月3日(土)に、これから狩猟免許試験を受験される方を対象に、知識・技能に関する初心者講習会が実施されます。

【問い合わせ先】

県猟友会 ☎078・361・8127

(農林振興課)



「あそびのひろば」(申込不要)

ドレミ 毎月第2木曜日 10:00～11:00
 6月13日(木)・7月11日(木) 八千種研修センター
 季節の歌を歌ったり、音に合わせてリズム遊び、
 身体遊びなどを楽しみます。
 ぐりとぐら 毎月第1木曜日 10:00～11:00
 7月4日(木) 文化センター 2階 和室
 わらべうた・絵本の読み聞かせ・パネルシアター
 など、親子でいっしょに楽しめます。
 (問い合わせ先: ともだちひろば)

「子育て学習講座」

絆を奪う電子メディア子育て ～子育て中の電子メディアとの上手な付き合い方～

日時 7月10日(水) 10:00～11:30(受付9:45～)
 場所 文化センター 小ホール
 講師 姫路市民児連香寺民児協主任児童委員
 大内和恵さん

親子の絆によって育まれる言語と感性は、人
 と人とのふれあいによって時間をかけて育て上
 げていくものです。今の大切な時間がテレビや
 ビデオに占領されていないか、いっしょに考え
 直してみませんか。

申込は不要です。

(問い合わせ先: ともだちひろば)

個別相談

毎月第3火曜日 10:00～14:00
 6月18日(火)・7月16日(火)
 文化センター2階 和室
 個別相談員: 大内和恵さん
 申込は下記の3施設で受付します。

にこにこ講座

「わらべうたで遊ぼう！」

親子で楽しむわらべうたをご紹介します。

日時 7月2日(火) 10:00～11:00
 場所 にこにこひろば
 対象 就学前の子どもとその保護者
 申込先 にこにこひろば
 定員 15組

小さなお友だちも大歓迎!

親子でいっしょにミニコンサート

日時 7月22日(月)
 10:00～10:30(受付9:45～)
 場所 福崎幼稚園 お遊戯室
 演奏 牛尾奈津美さん
 玉置真梨さん
 対象 就学前の子どもとその保護者
 申込先 おひさまらんど



地域支援活動「すきっぷひろば」予定

日程	実施場所	対象地区
6月10日(月)	田尻公民館	北野・田尻
6月15日(土)	福田公民館	駅前・福田・神谷
6月17日(月)	山崎公民館	山崎
6月22日(土)	西治公民館	西谷・西治・高橋
7月1日(月)	中島公民館	長目・中島・上中島
7月3日(水)	庄公民館	八千種校区
7月8日(月)	南大貫公民館	八千種校区

時間はいずれも 10:00～11:00

申込不要。対象地区以外の方も参加できます。
 6月15日、22日はミニデイ利用者の方との交流を
 予定しています。

(問い合わせ先: おひさまらんど)

ともだちひろば

(西部子育て学習センター)

火～金曜日 9:00～16:00

文化センター2階

☎22-7830 FAX22-2561

おひさまらんど

(福崎子育て支援センター)

月～金曜日 9:00～17:00
 土曜日 9:00～12:00

福崎幼稚園内

☎22-2308 FAX22-2313

にこにこひろば

(東部子育て学習センター)

月～木曜日 9:00～16:00

田原幼稚園内

☎22-1058 FAX22-1058

子育て支援に関することはEメール ko-shien@town.fukusaki.ne.jp