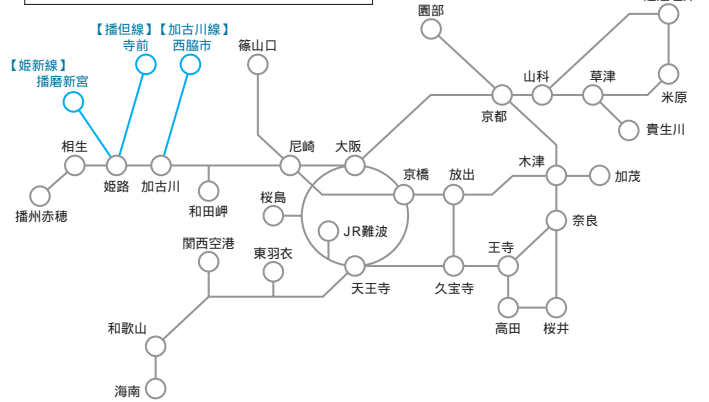


# ICOCA エリア拡大により 播但線でも利用開始！

兵庫地区ICOCAエリアの拡大  
平成28年3月26日(土)始発から

播但線(京口～寺前駅間)、姫新線(播磨高岡～播磨新宮駅間)、加古川線(日岡～西脇市駅間)の各駅でICOCAが利用できるようになります。

ICOCAの利用が拡大される駅



## 主なサービス内容について

ICOCAエリアが拡大される各駅で、ICOCAを始めとしたICカード乗車券が利用できます。みどりの窓口や一部の自動券売機では、ICOCAおよびICOCA定期券が発売されます。また、一部の自動券売機では、チャージの利用や利用履歴の確認も可能となります。

## 姫路駅に播但・姫新線

### のりかえ改札機設置

姫路駅改札内の1～4番のりば(播但線・姫新線ホーム)と5・6番のりば(山陽本線ホーム)の間にのりかえ改札機が設置されます。

詳しくはホームページ <http://www.westjr.co.jp/> をご覧ください。

問い合わせ先 西日本旅客鉄道(株) 福知山支社総務企画課 ☎0773-22-4303

## 短歌会

つつがなく迎えられたる年に謝すわが歳月の余白減るとも  
北 浄代

病院の待合室に流さるる明るきメロデーしばらくを聞く  
松岡 澄子

隼は夜明けの風に宙を切り一点となる孤独のかたち  
山口 旭

ピンコする笑顔の写真二十二人今年の宝手帳にはさむ  
西村 若葉

願わくは斯あれかしと拝みぬ元日の空晴れ渡りけり  
岡田恵美子

今まさに初日昇らん頂の大樹は後光に山城と見ゆ  
山下 清市

穂すすきの波打つ土手のすぐなる道夕日に真向い今日の歩み  
多田千枝子

稲わらで作りし干支の下ぐり詣でし社に人波ながし  
永井 健

日々のことあれこれ思ふ独り居を秋のひざしのまどろみに見る  
井奥 輝明

夕照りは空と川とに残りいて杜は全き闇となりたり  
内山 嗣隆

何なにこれ謎めく文字を背に持てる鯖の紋様しらく焼けゆ  
大野八重子

## 俳句会

幼子に届く賀状の幼い字  
廣瀬 純水

宿 あふれる温泉 初日に光る 峽の  
千家 栄子

手入れ良き松に止まりし 初鴉  
城谷 秋美

青竹の柄杓に満つる淑気かな  
石川 晃美

春 戦争なき世を願いたり今朝の  
松本喜代子

茜雲ゆつくり動く今朝の春  
藤岡 照代

老ゆ友の賀状きたりて安堵せり  
村上 纒女

初春や金箔入りの 祝い酒  
橋本 栄

会う人の笑顔すがしき今朝の春  
難波はるみ

百歳の寿を願いたり今朝の春  
長尾美恵子

朱の椀に白き一つの 雑煮餅  
浦上 千秋

運試し引くお御籤に 初日さす  
水田 京子

三つ指つき孫の申し御慶かな  
大畑せつ子

恵方道 傘寿の夫に 従いて  
柴田喜美子

縁起よき 絵馬に日の差す今朝の春  
岸上加津美

# 3月 ふくさきカレンダー



日	曜日	事業・イベント名	時間	場 所	問い合わせ先	備 考
2	水	えほんのじかん	11:00	図書館	図書館	
		なやみごと相談	13:00	サルビア会館	社会福祉協議会	
3	木	老人大学修了式・閉講式	10:00	文化センター	文化センター	
5	土	柳田國男・松岡家記念館企画展	9:00	柳田國男・松岡家記念館	柳田國男・松岡家記念館	~31日(木)
		歴史民俗資料館企画展	9:00	歴史民俗資料館	歴史民俗資料館	
		自律(立)のまちづくり発表会	13:30	エルデホール	地域振興課	
		古文書講座	14:30	歴史民俗資料館	歴史民俗資料館	~6日(日)
9	水	サキちゃん読書の日			図書館	
10	木	中学校卒業式		各中学校	学校教育課	
11	金	もち麦の日			農林振興課	
12	土	田原小学校体育館竣工式	9:00	田原小学校体育館	総務課	
		生活科学教室公開講座	14:30	文化センター	生活科学センター	
14	月	母子相談	10:30	サルビア会館	健康福祉課	
16	水	人権相談	10:00	サルビア会館	住民生活課	
		なやみごと相談	13:00		社会福祉協議会	
		行政相談	13:00		総務課	
19	土	食育の日			保健センター	
23	水	小学校卒業式		各小学校	学校教育課	
26	土	フクちゃん読書の日イベント	10:00	図書館	図書館	

## 狂犬病予防注射を実施します〔平成28年度狂犬病予防注射日程表〕

期日	時 間	場 所
4/11 (月)	13:00~13:05	吉田公民館
	13:10~13:15	八反田公民館
	13:20~13:30	長目公民館
	13:35~13:40	中島公民館
	13:50~14:00	上中島公民館
	14:10~14:20	西光寺公民館
	14:35~14:45	田尻公民館
	14:55~15:05	大門公民館
	15:10~15:20	加治谷公民館
15:25~15:30	亀坪いこい会館	

期日	時 間	場 所
4/12 (火)	13:00~13:05	桜公民館
	13:15~13:25	田口公民館
	13:35~13:40	板坂公民館
	13:45~13:50	高岡簡易郵便局前
	13:55~14:00	長野公民館
	14:05~14:15	神谷公民館
	14:20~14:30	福崎財産区会館前
	14:40~14:50	馬田公民館
	15:00~15:05	出屋敷公民館
	15:15~15:25	新町公民館
	15:30~15:40	西野公民館

期日	時 間	場 所
4/14 (木)	13:00~13:05	辻川公民館
	13:15~13:25	北野公民館
	13:30~13:40	井ノ口公民館
	13:50~14:00	山崎公民館
	14:15~14:25	福田公民館
	14:35~14:40	北ノ岡団地集会所
	14:50~15:00	順教寺下広場(西谷)
	15:10~15:20	西治公民館
	15:30~15:40	高橋公民館

期日	時 間	場 所
4/15 (金)	13:00~13:10	西大貴公民館
	13:20~13:30	東大貴公民館
	13:40~13:50	南大貴公民館
	14:00~14:10	余田公民館
	14:20~14:30	庄公民館
	14:45~14:50	小倉公民館
	15:00~15:10	鍛冶屋公民館
	15:20~15:30	庄西組集会所

犬の登録事項の変更があった場合(死亡、転入・転出、譲渡等)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。

### \*集合注射の料金\*

- 今年初めて登録する犬 6,350円  
(登録料3,000円+注射料3,350円)
  - 登録済の犬 3,350円  
(注射料のみ)
- つり銭のいらぬようにお願いします。

(住民生活課)

いつまでも  
しあわせ(福)  
ほがらか(朗)  
福岡町



福岡町健康づくりキャラクター ふくちゃん

# 保健センターだより

定期予防接種は、おすみですか？就学前のお子様のMR2期(麻しん風しん混合)、  
小学6年生の二種混合...まだの方は、3月31日までに受けましょう。  
高齢者肺炎球菌のH27年度の対象の方も3月末が期限です!!

No.335

おめでとう!

## 3歳よい歯のお祝い会

平成27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

こうま ゆの(龍也)  
ふじわら そうすけ(直樹)  
やすだ さちか(昇)

### 西光寺

おおつか あんじゅ(陽介)  
はしもと りょうま(真)  
まつお りゅうのすけ(陽介)  
みなみ あかね(隆晃)

### 吉田

おぐら りみ(忠志)  
ほんだ いちか(晃啓)

### 西野

おがわ らいが(浩二)  
かじかれん(幸希)  
なかの ようすけ(友輔)

### 井ノ口

おかもと こうき(雅之)

### 辻川

いとう さえ(勝仁)  
くろだ あみる(晋也)  
とみた あいら(浩司)  
はま あいね(和義)

### 田尻

おざき ゆな(裕史)  
こがねざわ ひであき(智之)  
ふかえ りか(英樹)  
もりぐち えいすけ(喜行)

### 南大貫

おかりょうたろう(武良)  
ないとう えいゆ(夕貴)  
ないとう れんゆ(夕貴)  
ふじもと たける(亮)  
まえだ ゆき(正樹)

### 西大貫

おのうえ しゅうま(知章)

### 余田

しろたに ゆうり(昌義)  
たかい みはね(一也)  
たなか たくと(ひろみ)

### 小倉

なんば こうせい(宏之)

### 庄

ふじおか あんな(幹也)  
まるい まさたか(健史)

### 鍛冶屋

うえだ まゆ(暁彦)

### 新町

かたやま りな(和久)  
きむら はるか(貴行)  
ごとう しょうい(亮平)  
ひがしはら そうし(聖次)  
もり ゆきの(敦司)

### 馬田

おかもと たいが(大輔)

### 山崎

うしお はるひ(真道)  
はしもと なゆら(佳苗)

### 駅前

いがらし ひなた(剛)  
たぐち ゆうま(裕二)  
ないとう こゆき(大征)  
にしはた まこ(祐介)  
まて よつは(研作)  
みやうち あやか(富三子)  
やぶ みさき(龍仁)  
わたなべ かんた(孝文)

### 福田

あおた さな(俊介)  
あおた なつき(健吾)  
あだち ほのん(亮太)  
うにがめ えいと(透)  
おさき りか(智章)

### 田口

たかみ のぶとら(直人)

### 長野

やまもと しゅうか(伸一)

### 西谷

にしざわ はる(優)

### 西治

うしお そうし(和弘)  
たにい えりな(亮太)

### 高橋

きだ まさる(宏)



「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(内線360~363)まで

平成28年度

# 健康づくり教室 会員&参加者募集

大人気☆  
お申込みはお早めに!

## 【いずみ会】

地域の誰もが健やかに暮らせることを願って、食育活動を行っています。

月1回の定例会(調理実習や健康講座)のほか、無理のない範囲で食育に関するボランティア活動にも協力しています。



子どもたちに食の大切さも伝えています。

## 【食育サポーター】

福崎町の郷土料理や昔の食事を伝えるための料理レシピの作成、各イベントでのPR(販売)、大学生や親子の料理教室の指導などを行っています。和気あいあいとした雰囲気です。いつも楽しく実習を行っています。



大好評  
“ふくさきコロッケ”  
作ってます

## 食に関心のある方! ぜひ一緒に楽しい食育活動をしてみませんか?

### 【料理一年生食育教室(ビギナーズ)】

新婚の方やこれから結婚される方、小さいお子さんがいるお母さん、または料理の基本を習いたい方のための教室です。

開催日時: 第2金曜日(毎月1回)

9:30~12:30(変更あり)

対象者: 料理を習いたい方(町内在住の方)

参加費: 毎教室につき300円(材料代)  
米0.5合



安心してください!  
託児ありますよ♥

### 【いろは教室】

男性のための料理の基本(いろは)を学ぶ教室です。家庭料理や伝統料理、イベントでのPR(調理&販売)にも挑戦しています。料理の腕も上がり、雑談力もアップする教室です。

開催日時: 第2火曜日(毎月1回)

9:30~12:30

対象者: 町内に住所のある男性

参加費: 毎教室につき500円(材料代)



できる男は厨房に入る  
自分のために! 家族のために!

## 『気功教室』前期参加者募集!

心地よい音楽に合わせてながら、「気」の流れを良くし、身体と心のリズムを整えましょう。



心の悩み等相談のある方は、講師による個別カウンセリングを行います。(要予約)

場 所	時 間	日 程	4月	5月	6月	7月	8月	9月
八千種研修センター	10:00~11:30	土曜	9	14	11	23	6	10
保健センター	10:00~11:30	月曜 または 火曜	4(月)	9(月)	14(火)	4(月)	1(月)	5(月)
エルデホール	13:30~15:00		18(月)	31(火)	27(月)	11(月)	23(火)	27(火)

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 1,800円

月2回 3,600円

日程のご都合が悪いときは、別会場へ振替可

募集人数 若干名

各会場、定員になり次第締め切ります

申込方法 保健センターへご連絡ください ☎22-0560(内線360~363)

## 保健センター3月定例行事予定

内 容	日(曜)	受付時間	対 象	場所
一般健康相談	14日(月)	9時30分~11時	一般希望者	保健センター
母子健康手帳交付	月~金	8時30分~17時15分	妊 婦	
すくすく相談	14日(月)	10時30分~11時30分	乳児希望者	
		13時30分~15時	幼児希望者	
3 か月児健診	23日(水)	13時15分~13時45分	H27.12月生の乳児	
4 か月児健診	15日(火)	13時15分~13時45分	H27.11月生の乳児	
10か月児のあばばクラブ	23日(水)	9時45分~10時	H27.5月生の乳児	
1歳お誕生相談	14日(月)	9時30分~10時	H27.3月生の乳児	
1歳6か月児健診	16日(水)	13時15分~13時45分	H26.5月・6月生の幼児	

予  
防  
接  
種

\*二種混合・四種混合・日本脳炎・ポリオ・ヒブ・小児用肺炎球菌・水痘予防接種は、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)  
\*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。

## 平成28年度 町ぐるみ健診の申し込みが始まります。

申込締切 4月8日(金)

3月下旬に、各家庭に「健(検)診のお知らせ」と「申込書」を郵送します。



## 3月は、自殺対策強化月間です

全国の自殺者数は、交通事故で亡くなる人の約6倍です。自殺は、その人ひとりだけの問題ではなく、1件の自殺で影響を受ける人は5人以上といわれています。また自殺は、健康問題・経済問題・家庭の問題など、さまざまな原因が複雑に絡み合っており、社会全体の問題といえます。

かけがえのない人の命を守るために、私たち一人ひとりができることを、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、話を聞き、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

書類は世帯主宛に送付します。

申込書はご家族いっしょにお使いください。

詳しい内容は、同封のお知らせで確認してください。

希望の健診項目に をつけて提出してください。

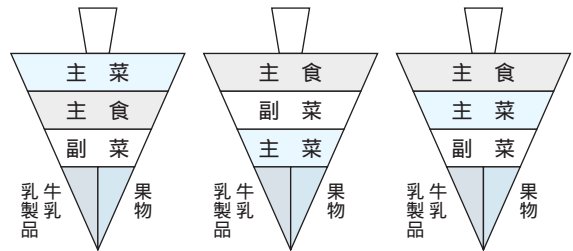
## Q なーるほどザ☆食育 第2回

~食育クイズわかるかな?~



**Q** 1日に「何を」「どれだけ」食べたらいいのかの目安をわかりやすく示した「食事バランスガイド」があります。正しいイラストはどれでしょう?

**主食** ごはん・パン・麺など **主菜** 肉・魚・大豆など **副菜** 野菜・きのこ・海藻など



~解説~

食事バランスガイドとは、1日に「何を」「どのくらい」食べたらいいかを考える際の参考にできるように、食事の望ましい組み合わせとおおよその量をイラストでわかりやすく示したものです。この三角はコマの形を表しており、料理は主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物の5つの区分に分かれています。1日の目安をそれぞれの区分ごとに1つ、2つと数を数え、コマ

の上に位置する料理区分ほど食べる量が多いことを示しています。バランスよく食べないと、コマがうまく回らず倒れてしまう、つまり健康で丈夫な体を作ることができないということになります。

**A**



## 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、香りが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  
 もち木の会館 ☎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2デイサービスセンター ☎②6663  
 在宅介護支援センター ☎②7134  
 障害相談支援センター ☎⑤8575  
 ホームヘルプステーション ☎②7135  
 シルバー人材センター ☎⑦0044  
 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



## まちのトピックス

### 兵庫県認証食品をご存知ですか？

兵庫県は、県産の農林水産物及びこれらを主原料として県内で製造された加工食品のうち、安全・安心で個性・特長がある食品を「兵庫県認証食品」として認証しています。認証食品は「ひょうご推奨ブランド」と「ひょうご安心ブランド」の2種類に分類されます。



環境や健康に配慮した生産方法・優れた食感や品質・地域性のある素材など、個性・特長があり、かつ法令の遵守・生産管理体制などが整備された商品です。

- ・もちむぎ商品(もちむぎ類・もちむぎ精麦・もちむぎ茶など)
- ・(株)八千種営農のヒノヒカリ



ひょうご推奨ブランドの審査基準に加えて、化学肥料・農薬の使用を5割以上減らし、残留薬品・抗生薬品を国の基準の1/10以下とするなど安全性が高く、出荷記録による管理を徹底した安心感のある食品です。

- ・(株)八千種営農のそは

### 表紙写真の説明

2月1日、エルデホールで、3歳よい歯のお祝い会が行われました。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「たんぼぼ」による人形劇などで楽しみました。

これからもむし歯のない歯大切にですね。

(福崎町広報委員会・内線221)

### 町民のうごき

世帯数	7,444世帯	人口	19,563人
男	9,319人	女	10,244人
転入	43人	転出	48人
出生	14人	死亡	14人
平成28年1月末現在			