

お知らせ

information



文珠荘からのお知らせ

定休日は毎水曜日です。

臨時休館日

6月20日(火)

7月18日(火)

8月15日(火)・17日(木)

9月19日(火)

予約の受付は、利用日の属する月の2か月前の初日からです。(9月中の利用は7月1日から受け付けます。)

風呂のみの利用は、午前10時から午後8時までです。タオルは各自ご持参ください。

文珠荘へは、巡回バスの利用をおすすめします。

その他施設利用については文珠荘へお問い合わせください。

文珠荘 ☎22・4051

(健康福祉課)



「心を開く親の会」のご案内
福崎町では町内の児童生徒などに係るご家族の方々の教育相談の場として「心を開く親の会」を開催しています。登校や学校生活での諸問題について、カウンセラーの先生にお気軽に相談ください。

開催日

原則毎月第4月曜日

休日等の関係により変更になる場合があります。

場所

福崎町サルビア会館

問い合わせ先

学校教育課(内線251)

ひめじ若者サポートステーション事業出張相談会開催
ひめじ若者サポートステーションは、働く自信がない、ニート、ひきこもりなど、さまざまな悩みを抱えている15歳から概ね39歳までの若者やその保護者を対象に、相談業務や講座などを通じてメンタル(精神・健康)面とキャリア(職業)面の両方から支援をしています。

このたび、神戸町・市川町・福崎町を対象に、出張相談会を開催します。お気軽にご参加ください。

開催日 6月23日(金)

10時～、11時～、12時～

各1名ずつ【予約制】

相談員 若者サポートステーションキャリアコンサルタント

会場 神戸町中央公民館

(神戸町役場隣)

締切 6月16日(金)

主催・共催 ひめじ若者サポートステーション・神戸町・市川町・福崎町

申し込み・問い合わせ先 神戸町役場住民生活課

☎34・0962

福崎町「なつ得商品券」

7月15日(土)販売開始!

毎年多くのお客様から大変好評をいただいております。福崎町「なつ得商品券」を今年は総額7千7百万円分発行し、7月15日(土)から販売します。

福崎町「なつ得商品券」は、1万円で1万1千円分のお買い物ができる10%お得な商品券です。使用期限は平成30年1月14日(日)まで、購入限度額は1人2万円(2冊)までです。お中元・お歳暮、年末年始などのお買い物にご利用いただき、地元の活性化に繋がります。

なお、商品券が無くなり次第、販売終了となります。問い合わせ先 福崎町商工会

(☎22・0558)

児童手当 6月は『現況届』の提出月です

「現況届」は6月1日における養育状況により、児童手当を引き続き受ける要件があるかどうかを確認するためのものです。

この届の提出がないと、受給資格があっても6月分以降の手当が受けられなくなります。(現況届は、現在受給中の方に6月上旬に送付します。)

『現況届』に必要なもの

受給者の健康保険証の写し又は年金加入証明書

児童と別居している場合等、必要に応じて提出していただく書類があります。

支給月額

区分	児童手当	特例給付 (所得制限限度額以上の場合)
0歳～3歳未満	15,000円	5,000円
3歳～ 小学校修了前	第1子・第2子	
	第3子以降	
中学生	10,000円	

問い合わせ先 住民生活課(内線374)

上級救命講習会のお知らせ
日時 6月17日(土)
9時～17時

場所 姫路市中消防署

内容 小児・成人に対する心肺蘇生法(AED含む)及び応急手当、傷病者管理法

搬送法等

定員 若干名

受講料 無料

受付期間 6月1日(木)9時から14日(水)17時まで

申し込み・問い合わせ先 姫路市中消防署救急係

☎23・0119

県立障害者高等技術専門学院オープンキャンパス

兵庫県立障害者高等技術専門学院では、見学、概要説明及び体験実習を実施します。

開催日時

■知的障害者対象科

7月29日(土)

■身体障害者対象科

7月30日(日)

申し込み方法

申込用紙(HPからダウンロード可)を7月21日(金)までに郵送またはFAXしてください。

申し込み・問い合わせ先
兵庫県立障害者高等技術専門
学院

☎078・927・3230
FAX078・928・5512

自宅がキャンパス

「放送大学」学生募集

放送大学はテレビなどの放送を利用して授業を行う通信制大学です。このたび平成29年度第2学期（10月入学）の学生募集を行います。大学や大学院の授業科目を1科目から気軽に学べるチャンスです。この機会に放送大学で学んでみませんか。

出願受付期間

8月31日（木）まで

資料請求・問い合わせ先

放送大学姫路サテライトスペース

姫路市本町68の290

（イーグレひめじ内）

☎079・284・5788

放送大学ホームページ

<http://www.ouj.ac.jp>

「広げようフラワー ボランティアの輪」

福岡市内の花壇などのお世話をしているボランティアの活動予定（6/20～7/19）をお知らせします。ぜひボラ

ンティア活動にご参加ください。

福岡市コロンクラブ

6月24日（土）9時～

役場周辺街路樹下手入れ

みどりのグループ

6月21日（水）9時～

文化センター花壇

7月5日（水）9時～

七種川沿い新町花壇

問い合わせ先

文化センター ☎22・3755

（コミュニティ推進専門員）



市川流域アミニティ研究会
ボランティア募集

市川流域アミニティ研究会では、一緒に活動していただ

ける会員を募集しています。

各種イベントを楽しみながら、

川に関心を持ってもらうこと

が会の方針です。一緒に市川

の環境保全を考えながら、み

んなが川と親しめる水辺の実

現を目指しましょう！

「水の未来は人間の未来！」

問い合わせ先

。まちづくり課（内線334）

。市川流域アミニティ研究会

事務局（小川モーターズ内

☎090・3711・50

97）

スポーツ



カヌー教室参加者募集!!

大自然の中でカヌーに乗っ

て遊びませんか。初めての人

には乗り方から指導しますの

で、誰でも簡単に乗れるよう

になります。

日時 6月25日（日）

9時～12時

場所 青少年野外活動センター

対象 小学4年生～一般

募集人数 13人（先着順）

申込 6月11日（日）から受付

参加費

小・中学生 500円

高校生以上 1000円

問い合わせ先 第1体育館

☎22・1153（月曜日休館）

「ふれあいワンデー生活塾」 「アウトドア生活塾」

参加者募集！

今年で20回目を迎える生活塾シリーズの参加者を募集します。
夏休みの思い出に、楽しく貴重な体験をしませんか？

	ふれあいワンデー生活塾	アウトドア生活塾
月 日	7月15日（土）	7月22日（土）～23日（日）
場 所	福岡市青少年野外活動センター	
対 象	町内の小学1～3年生	町内の小学4～6年生
定 員	50人	40人
参 加 料	1人1,000円（行事保険料を含む）	1人2,000円（行事保険料を含む）
申込期間	6月23日（金）から先着順	6月29日（木）から先着順
	定員になり次第締め切ります	
受付時間	8:30～22:00（日曜日は17:00まで、月曜日は休館）	
申込方法	第1体育館にて、所定の申込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えてお申し込みください。（電話での予約申込はできません）	
そ の 他	・参加申込は1人につき2人分まで受付できます。	

ゴルフ協会からのお知らせ
「町民ゴルフ大会」参加者募集!!

日にち 7月17日（月・祝）

場所 福岡東洋ゴルフ倶楽部

募集人数 30組 120人

（先着順）

参加資格 町内在住、在勤者

競技方法 個人戦・団体戦

（地区・会社対抗）

ダブルペリア方式

参加費 5000円

当日フロントで徴収します。

（プレーフィ税別7500円・

キャディ付、昼食代別途）

申込方法 所定の用紙に必要

事項を記入し、6月30日（金）

までにゴルフ協会へ。

（FAX23・1311）

詳しくはゴルフ協会（北山

☎23・1310）

町民親善グラウンドゴルフ
大会開催！

5月6日、さるびあドーム
で「町民親善グラウンドゴルフ
大会」を行いました。

山崎GG同好会Aは団体の
部で3連覇達成です。

結果は次のとおり

【団体の部】

優勝 山崎GG同好会A

準優勝 八千種スポーツクラ

ブB

第3位 新町GG同好会A

【個人男子の部】（敬称略）

優勝 尾崎久一（東大貫）

【個人女子の部】（敬称略）

優勝 三木由紀子

（山崎GG同好会A）



個人の部優勝
三木さん、尾崎さん



団体の部優勝
「山崎GG同好会A」のみなさん

柔道協会からのお知らせ

3月19日（日）、町民第1

体育館で「第18回ロサンゼル

スオリンピックメダリスト

『松岡義之杯』柔道大会」を

開催しました。

結果は次のとおり

【軽量級の部】

優勝 辰 智也（町協会）

準優勝 高橋理知（田原小）

3位 小椋梨代（田原小）

【中量級の部】

優勝 白井伶奈（町協会）

準優勝 辰 隼太（町協会）

3位 山本風優汰（田原小）

【重量級の部】

優勝 辻川陽大（福崎小）

準優勝 久後大也（田原小）

3位 小椋啓生（田原小）

【無差別級の部】

優勝 大井絢晴（田原小）

準優勝 中井敬翔（田原小）

3位 大野未智（福崎小）

●柔道協会生徒募集

対象 園児以上の男女

練習日

毎週日曜日 午前9時30分～

毎週水曜日 午後7時30分～

詳しくは、柔道協会・難波

（☎23・0501）まで。



短歌会

遠峰は黄砂かおぼるかすみつつ野辺きわやかな菜の花あかり
北 浄代

亡き父の夢を見たるは初めてぞ七十余年吾も老いたり
永井 健

ポケットに飴玉一つ春の土手雨水ががやき陽はやはらかし
井奥 輝明

還らぬものを想いて歩む暗むまで ふふめる梅に淡雪溶ける
山口 旭

フルートを吹く若人の横顔のその優しさを音色に知りぬ
松岡 澄子

海老や海苔・黒豆入りの申し餅を今年も送りこころ充ちくる
大野八重子

野の神への供物とも見ゆ路の暮残雪あわきくぬぎ林に
内山 嗣隆

ふくらみし雷陽に映え三分咲き学舎の桜送迎に盛る
山下 清市

三月の冷たい雨が窓をうつ会葬のバス皆無口なり
岡田恵美子



俳句会

納骨の読経の空に 揚雲雀
廣瀬 純水

長閑さや 出船汽笛の聞こゆ街
浦上 千秋

古看板 残るタバコ屋 里長閑
城谷 秋美

うららかや 天橋立 股のぞき
石川 晃美

花冷えの 峡の駅舎に 客一人
千家 栄子

眩しき程 光る若葉の 山路かな
玉置 幸代

若草野 広き牧場に 牛の声
大畑せつ子

廃校の 別れの日より 櫻散る
佐藤 純子

長閑な日 番犬吠えぬ 昼下がり
生田恵美子

寺堀に 揺れる小波 初蛙
松本喜代子

花の宴 英語落語に 並ぶ椅子
柴田喜美子

耳欠けし 露座の石仏 春の塵
岸上加津美

長閑けき日 城濠巡る 手こぎ舟
橋本 栄

純白の 一群ありて 雪柳
牛尾 和平

老いの愚痴 誰も聞きすて 四月
松岡 勝美

春の空 美しい色の 熱気球
藤岡 照代



日	曜日	事業・イベント名	時間	場 所	問い合わせ先	備 考
3	土	おたのしみ会	14:00	図書館	図書館	
4	日	文化講演会	14:30	エルデホール	文化センター	
5	月	トライやる・ウィーク		町内各事業所	学校教育課	～9日(金)
7	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	
10	土	ひろしま安芸高田神楽公演	14:00	エルデホール	エルデホール	要チケット
11	日	福崎町水防訓練	8:00	神戸医療福祉大学	住民生活課	
		もち麦の日「もちむぎゅっとな一日」			農林振興課	
12	月	母子相談	10:30	サルビア会館	健康福祉課	
18	日	町ぐるみ健診(18・25・26・27・30日)	8:30	保健センターほか	保健センター	要予約
		神崎郡消防操法大会	8:30	さるびあドーム	住民生活課	
19	月	食育の日			保健センター	
21	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	
22	木	老人大学一般教養講座(公開講座)	13:20	文化センター	文化センター	
23	金	サルビアセミナー(公開講座)	13:30	文化センター	文化センター	
25	日	カヌー教室	9:00	青少年野外活動センター	第1体育館	要申込
29	木	フクちゃん読書の日			図書館	

もちむぎクッキングレシピ⑥

みそとさけ缶の相性は。
胃にもたれないさっぱり味です。

作り方

きゅうりは小口切りにし、塩少々(分量外)で揉んでおく。みょうがはせん切りにして水にさらす。
器に水大さじ3(分量外)とみそを入れ、よく溶かす。
にゆでもち麦、汁気を絞ったきゅうり、水気を切ったみょうが、さけ缶をのせ、ゆでもち麦がひたひたになるまで冷水を注ぎ、ごまをふる。



豊山先生の一言メモ

ゆでもち麦にさけ缶を利用して時短！
みょうがの爽やかな香りとシャキッとした食感を楽しんでください。体力向上、疲労回復に役立ち、夏バテを防止しましょう。
みょうがはアクが強いので、刻んだあと10秒くらい水にさらしましょう。

出典：都築仁子他監修「簡単おいしい！もち麦ダイエットレシピ」、宝島社、2016

さけ缶ともち麦の冷や汁



225kcal
食物繊維 4.1g

材料 (1人分)

- ・ゆでもち麦...60g
- ・きゅうり...1/2本
- ・みょうが...1個
- ・みそ...大さじ1/2
- ・さけ水煮缶...80g
- ・白いりごま...少々
- ・冷水...200mlほど

6月11日は
もちむぎゅっとな1日



いつまでも
しあわせ(福)
ほがらか(朗)
福崎町



福崎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

6月は食育推進月間です

No.350

おいしいね かおをそろえて あさごはん

平成28年度「みんなの食育川柳」子どもの部 優秀作品



受けよう
検診!!

福崎町では、がんの早期発見・早期治療のため、各種がん検診を行っています。検診受診率はまだまだ低い状況です。

多くの方に受診していただけるように「子宮頸がん検診無料クーポン券」「乳がん検診無料クーポン券」「節目検診無料クーポン券」を発行しています。お手元に届いた方は、この機会にぜひ受診してください!!

節目検診無料クーポン券対象者

年齢は年度末(H30年 4月 1日)現在

女性がん検診無料クーポン券対象者

年齢は年度末(H30年 4月 1日)現在

年齢	生年月日	無料となる検診
21歳	H 8.4.2 ~ H 9.4.1 生	子宮頸がん検診
26歳	H 3.4.2 ~ H 4.4.1 生	
31歳	S 61.4.2 ~ S 62.4.1 生	
36歳	S 56.4.2 ~ S 57.4.1 生	
41歳	S 51.4.2 ~ S 52.4.1 生	
41歳	S 51.4.2 ~ S 52.4.1 生	子宮頸がん検診・乳がん検診

女性がん検診のクーポン券は、集団検診と指定医療機関での個別検診のどちらでも使用できます。

年齢	生年月日	無料となる健(検)診
40歳	S 52.4.2 ~ S 53.4.1 生	歯科検診
41歳	S 51.4.2 ~ S 52.4.1 生	X 胃がん検診 前立腺がん検診(男)
46歳	S 46.4.2 ~ S 47.4.1 生	
51歳	S 41.4.2 ~ S 42.4.1 生	
56歳	S 36.4.2 ~ S 37.4.1 生	
61歳	S 31.4.2 ~ S 32.4.1 生	
61歳	S 31.4.2 ~ S 32.4.1 生	

節目検診のクーポン券が使用できるのは、福崎町が実施する集団検診のみです。なお、乳がん検診に限り指定医療機関での個別検診にも使用できます。受診の際には、個別検診用クーポン券が必要です。ご希望の方は保健センターへご連絡ください。

注意!!

平成28年度福崎町健康づくりポイントについて

貯まったポイントを、健(検)診費用に使用する場合は、保健センターで事前の手続きが必要です。事前手続きができていないものは使用できませんので、健診の受診日までに必ず手続きをしてください。



6月4日～10日は歯と口の健康週間です

～ 歯科相談のお知らせ～



6月4日は6(む)と4(し)の語呂合わせで、「むし歯予防の日」と言われています。

歯と口の健康は、食事や会話といった豊かな生活を送るためだけでなく、糖尿病や心臓病など全身の健康にも影響します。『健康も楽しい食事もいい歯から』お近くの歯科医院で、定期的に歯と口の検査を受けましょう!

保健センターでは2か月に一度、成人と乳幼児を対象に歯科相談を行っています。みなさんのご参加をお待ちしております!(要予約)

対 象	一 般	乳 幼 児
日 程	6 / 27(火)、8 / 29(火)、10 / 24(火) 12 / 26(火)、H30.2 / 27(火)	
受付時間	午後2時15分～30分	午後1時30分～2時
内 容	・歯科健診 ・ブラッシング指導 ・口腔ケアのアドバイス	・RDテスト(むし歯菌チェック) ・染め出し・歯科健診 ・ブラッシング指導 ・フッ素塗布(概ね1歳6か月以降の希望者)
費 用	無 料	フッ素塗布料金 300円

場所: 保健センター 定員: 25人(各日とも)

保健センター6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	12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	12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	28日(水)	13時15分～13時45分	H29.3月生の乳児	
4か月児健診	20日(火)	13時15分～13時45分	H29.2月生の乳児	
7か月児のまんまクラブ	14日(水)	9時45分～10時	H28.11月生の乳児	
10か月児のあばばクラブ	28日(水)	9時45分～10時	H28.8月生の乳児	
1歳お誕生相談	12日(月)	9時30分～10時	H28.6月生の乳児	
3歳児健診	21日(水)	13時15分～13時45分	H26.2月・3月生の幼児	

ありがとう献血!!

会 場	日 時
福崎町役場	6月12日(月) 14:00～16:00
さるびあドーム	6月18日(日) 9:15～13:00



400ml献血にご協力ください

200ml献血は当日の必要数が確保できた時点で受付を終了し、その後は400ml献血のみ受付します。

中播磨健康福祉事務所からのお知らせ

平成29年度 特定医療費(指定難病)受給者証 更新交付申請手続きについて

受給者証の更新交付を希望される方は、下記により手続きを行ってください。

対象者

有効期間が平成29年9月30日までの受給者証をお持ちの方で、平成29年10月1日以降も引き続き受給者証の交付を希望される方
更新手続き受付期間

6月12日(月)～8月10日(木)

土、日、祝は除く

手続きに必要な書類は各受給者宛に郵送でお送りしています。

必要な書類が6月12日を過ぎても届かない場合は、ご連絡ください。

【提出・問い合わせ先】

中播磨健康福祉事務所(福崎保健所)
地域保健課

〒679-2204 神崎郡福崎町西田原235

☎0790-22-1234 FAX 0790-22-6680

むくみ(医学用語では「浮腫」)は皮下に水分が貯まった状態を言います。浮腫は体の一部に起こるものも体全体に起こるものもありますが、重力の関係で足に強く表れることが多いです。一度ご自分の「すねぼん」の下、むこうずね(脛骨)の前側を1～2秒間、指でぎゅーっと押さえてみてください。長時間座っている方、立ち仕事が多い方、大丈夫でしょうか。押さえても凹まない浮腫もあります。放つておいても良い浮腫か、だめな浮腫か、浮腫の種類・原因・重要度は様々です。

片側の足だけ局所性に認めた浮腫は、膝の病気(膝関節症)や深部静脈血栓症、下肢静脈瘤などが原因であることがあります。全身性浮腫は心臓、腎臓、肝臓の病気が原因である可能性があり、特に心性浮腫は最も多く、そして最も危険性が高い浮腫の原因になります。静脈血栓症や静脈瘤、心性浮腫は診断には内科・循環器科で採血や超音波検査などを用いて検査を進める必要があります。薬剤性浮腫と呼ばれる、薬(健康食品もあり得ます)が原因でおこる浮腫もあり得ます。ある種の降圧薬や、痛み止め、漢方薬などによって起

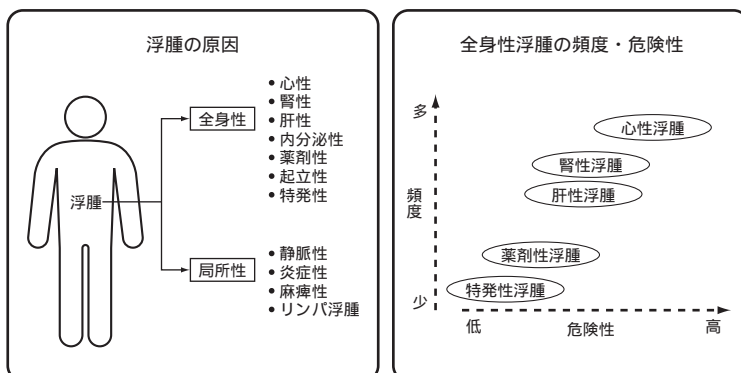
第21回

「むくみ(浮腫)について」

ミナミ整形外科内科 副院長 南丈也 先生
(内科・循環器科・救急科)

町のせんせい「健康ひとことコラム」

こり、最近増えているように思います。浮腫にも多くの原因があり、恐い病気のサインであることがありますが、後悔先に立たず、浮腫がある方は医療機関へ相談されてはいかがでしょうか。



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 ☎③58575
 ホームヘルプステーション ☎②7135
 シルバー人材センター ☎②70044
 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

祝！日本遺産認定

「播但貫く、銀の馬車道 鉱石の道」

資源大國日本の記憶をたどる73kmの轍

姫路市、福崎町、市川町、神河町、朝来市、養父市の6市町で申請を行ったストーリーが、文化庁により日本遺産に認定されました。



日本遺産認定証交付式

4月28日に文部科学省で認定証交付式があり、翌29日には史跡生野銀山で認定式典がおこなわれました。
 関係の各市町長をはじめ地元住民ら約250人が風船を飛ばすなどして喜び合いました。

■表紙写真の説明

町内の各小学校で交通安全教室が開催されました。福崎警察署や交通安全対策会議のみなさんの指導により、自転車に乗るときのルールや、歩行中の安全について学びました。最近では自転車と歩行者の事故が増えています。みなさん十分注意して運転しましょう。

(福崎町広報委員会・内線221)

町民のうごき

世帯数	7,633世帯	人口	19,516人
男	9,301人	女	10,215人
転入	105人	転出	112人
出生	9人	死亡	30人
平成29年4月末現在			