

お知らせ

information

文珠荘からのお知らせ

定休日 毎水曜日
臨時休館日

2月18日(火)
3月17日(火)
4月21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。(5月中の利用は3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勧めします。

文珠荘 ☎22・4051
(健康福祉課)

第10期中播磨地域ビジョン委員募集

委員会では中播磨地域ビジョンの普及・啓発、活動の推進、検証や提案などを行います。

応募資格 満18歳以上(令和2年4月1日現在)で県内居

住、もしくは通勤・通学している人

募集人数 50〜70人

任期 令和2年4月1日〜令和4年3月31日

募集期間 2月25日まで

応募・問い合わせ先

兵庫県中播磨県民センター県民交流室県民課ビジョン担当
☎079・281・9600
FAX079・281・3015

メールアドレス
nkharkem@pref.hyogo.lg.jp

小・中・特別支援学校の非常勤講師(初任教員研修)募集

県教育委員会では、県内の市町組合立小・中・特別支援学校(神戸市を除く)の非常勤講師(初任教員研修)を募集しています。

勤務内容 初任者研修に係る授業の補充など

報酬 時給2810円(変更の可能性あり)

交通費 実費(限度額内)

資格 希望する校種の教育職員免許法に定める小・中・高等学校教諭普通免許状の所持者又は令和2年4月1日まで

に取得できる者
願書受付 3月6日(金)まで

※土・日曜日、祝日を除く

問い合わせ先
播磨西教育事務所教育振興課

☎079・281・9585
福崎町教育委員会(内線251)

ひめじ若者サポートステーション事業 出張相談カフェ

働くことに悩みを抱えている15歳から概ね39歳までの若者に対し、キャリアコンサルタントによる専門的な相談会を開催します。お気軽にご参加ください。

対象 神崎郡に在住の人
開催日 2月28日(金)
13時30分〜、14時30分〜、15時30分〜

※各回1人ずつ・予約制会場 市川町役場相談員 若者サポートステーションキャリアコンサルタント

申込締切 2月26日(水)
主催・共催 ひめじ若者サポートステーション・市川町・神戸町・福崎町

申し込み・問い合わせ先
市川町役場企画政策課
☎26・1010

学び続ける人は輝いている!
ひょうごラジオカレッジ
令和2年度受講生募集

ひょうごラジオカレッジ(兵庫県高齢者放送大学)はラジ

才講座で高齢期の生き方や、一般教養などを学ぶことができます。

対象 50歳以上で県内在住の人
募集期間 4月10日(金)まで
受講料 年間6000円(テキスト代含む)

放送 ラジオ関西・毎週土曜・午前7時〜7時半
学習期間 1年間
資料請求・問い合わせ先
ひょうごラジオカレッジ事務局
☎079・424・3343

ふくさき日本語サロン 支援ボランティア募集!

ふくさき日本語サロンでは、福崎町に住んでいる外国の方に、日本語の使い方や意味、生活習慣を日本語で教えています。

活動に参加して下さる支援ボランティアを募集しています。興味のある方はぜひ一度サロンにお越しください。

また、知り合いの外国出身の方に日本語サロンを案内してください。

日時 毎月第2・4日曜日 10:00~11:30
場所 文化センター
受講料 無料

問い合わせ先 ふくさき日本語ボランティアの会
(文化センター内 ☎22-3755 Fax: 22-2561)

野外センターだより
山小屋の掘りごたつを
ご利用ください

野外センターの山小屋に掘りごたつを設置しています。冬の七種山、野外センターは、いつもとちがった景色をみせてくれます。

野外センターでの活動、なぐさの森での散策、文化財・名勝巡りの際には、山小屋の掘りごたつで、ほっこりおくらるぎください。
(社会教育課)



スポーツ

初心者対象
春期スケボーチャレンジ！
参加者募集

現役インストラクターが丁寧に指導します。みなさんお誘い合わせてご参加ください。
日程 2月29日(土)
3月7日(土)

※2回コース。雨天の場合は3月14日(土)に順延

時間 午前10時～11時30分

※9時30分受付

場所 スケートボード場

対象 小学生～一般

※町内在住・在勤・在学者

※初心者・初級者

定員 15人(先着順)

申込方法 申込用紙に必要事項を記入し、第1体育館へ。

参加料 500円(傷害保険含む)

申込 2月12日(水)から受付。

問い合わせ先 第1体育館

☎22・1153(月曜日休館)



スポーツ推進委員会からのお知らせ！

「健康セミナー」開催

第4回目は「いつも楽しい身体づくりを！」をテーマに「カローリング」を行います。カローリング競技に似たスポーツです。楽しく心と身体の健康維持・増進を行いましょ。日時 3月15日(日) 10時～11時30分

場所 第1体育館 球技室

定員 25名

申込 第1体育館で受付。電話申込み可。

募集期間 2月18日(火)から

準備するもの 運動のできる服装、上靴、タオル、飲物

問い合わせ先 第1体育館

☎22・1153(月曜日休館)

「遊びフェスティバル！」が開催されました

1月18日、第1体育館で、コマ回しや羽根つき、カローリングなど、楽しく体験しました。コマ回しタイムレース大会では、家族の声援を受け一生懸命挑戦しました。結果は次のとおり

◆幼児の部

優勝 松田倫東(田原幼)

準優勝 尾藤公紀(田原幼)

第3位 岸田汰樹(田原幼)

◆小学生・男子の部

優勝 西澤芭琉(福岡1年)

準優勝 牛尾光希(田原2年)

第3位 森本湊大(福岡1年)

◆小学生・女子の部

優勝 田中佳穂(福岡3年)

準優勝 前田楓花(田原2年)

第3位 浅野市馨(福岡2年)

◆親子の部

優勝 西澤芭琉(福岡1年)

西澤 優

準優勝 振角望叶(福岡幼)

振角幸佑



剣道協会からのお知らせ

12月15日、加西市善防公民館で、「令和元年度杉井杯争奪剣道大会」、12月17日、第1体育館で「令和元年度岩崎杯争奪剣道大会」が開催されました。

日頃の練習成果が発揮され、優秀な成績を収めました。結果は次のとおり

■杉井杯争奪剣道大会

【小学生5、6年の部】

優勝 中村煌蘭(福岡小)



■岩崎杯争奪剣道大会

【小学生の部】

優勝 中村煌蘭(福岡小)

準優勝 梅野悠陽(協会)

第3位 中村綾蘭(福岡小)

敢闘賞 前川清暁(八千種小)

大西遥斗(田原小)

【中学生の部】

優勝 大野 杏(福岡西中)

準優勝 前川慶徳(福岡東中)

第3位 中安葉月(福岡東中)



第34回神崎郡総合体育大会柔道競技会結果報告

12月8日、「第34回神崎郡総合体育大会柔道競技会」が開催されました。

日頃の練習の成果を発揮し、優秀な成績を収めました。

【小学未満の部】

優勝 西岡兵悟(福岡幼)

第2位 志水颯真(福岡幼)

【小学1年生男子の部】

優勝 松岡龍亮(田原小)

第2位 岡本航輝(田原小)

【小学3年生男子の部】

優勝 松岡秀亮(田原小)

第2位 志水優星(福岡小)

【小学3年生女子の部】

優勝 志水亜結香(田原小)

【小学4年生男子の部】

優勝 瀧川楽人(田原小)

【小学4年生女子の部】

第2位 垣やす子(福岡小)

【小学6年生男子の部】

第2位 嘉藤真也(福岡小)

【中学生男子の部】

優勝 中井敬翔(福岡東中)

第2位 松岡秀仁(福岡東中)

【中学生女子の部】

優勝 木村くるみ

(福岡西中)



春季全国火災予防運動

3月1日(日)～7日(土)

『ひとつずつ
いいね!で確認
火の用心』



近年、たき火・野焼き等を原因とした火災が増えています。火災を防ぐには次のことに注意してください。

- 風の強い日には、たき火・野焼きをしない
- 少しずつ小分けにして燃やす
- 水バケツなどの消火用具を必ず準備する
- 終わるまでは、その場を離れない
- 煙や灰などがご近所の迷惑にならないように配慮する

(姫路市中播消防署予防係 ☎23-0119)



ひょうご防災ネット スマートフォンアプリ版登場!

兵庫県および県内の市・町からの緊急情報や気象警報など、防災に関するさまざまな情報を提供するサービスです。ぜひ登録してください!

■登録方法 QRコードを読み取ってアプリのダウンロードができます。



設置で安心・点検管理で安全!!住宅用火災警報器

住宅用火災警報器交換のすすめ

「いざ」という時にきちんと動くように、日頃から点検をしましょう。ひもを引くか、ボタンを押した時に、警報音または音声が発せれば、異常はありません。



俳句会

山茶花散る 母の命日 早十年 廣瀬 純水	大時計 電池新たに 年用意 石川 晃美	年の瀬や 友なき老の 独り言 長尾美恵子	人住まぬ 島を遠くに 冬の海 柴田喜美子	夫と添い 六十年の 十二月 千家 栄子
困難な パズルの解けし 十二月 橋本 栄	寒千両 枕のあがる 倉屋敷 佐藤 純子	産みたての 卵戴く 冬めく日 藤岡 照代	愛用の 帽子取り出す 冬めく日 城谷 秋美	独り住まい そつと来たりし 冬 石川 皓女
農道具みな 洗い納めり 年の暮 松岡 勝美	大声の 室津の女 牡蠣を焼く 大野 綜風	リナムの ノーベル賞はさりながら 弾ける 笑顔はメダルも のなる 大野八重子	涼くれし 櫻並木に 積む落葉 軽トラックに 運ばれてゆく 岡田恵美子	失せし 脚に 補装具 駆使して ひとすじに バラリンピック 目指すは 尊し 中村 正剛



短歌会

台風のため 宵宮は 日延べさる 手もち無沙汰の 村の神様 久野 盈	一つだけ 採り残されし 柿の 実の けだかく 光る 晩秋の 陽に 安田 正	快晴の 空に 銀翼光ら せて 夕陽 落ちゆく 時間差の 音 山口 旭	ふれあいの 地域 寄りあい 「歩こう会」 話しながらも 時の差 ひとひし 山本 彬	ミニデーに 出席すれば 順番に 輪投げを するも なかなか 入らず 松岡 澄子
殺かぶりし ままに 芽吹ける 法蓮草 二泊三日の 旅の間に 内山 嗣隆	大野八重子	岡田恵美子	中村 正剛	大野八重子

ふくさきイベントカレンダー 2月14日~3月13日



日	曜日	事業・イベント名	時間	場 所	問い合わせ先	備 考
(開催中)		わが家の雛人形展	9:00	三木家住宅	社会教育課	~3/29日(日)
		平成30年度埋蔵文化財発掘調査速報展	9:00	歴史民俗資料館	歴史民俗資料館	~3/31日(火)
15	土	食育かるた大会	10:00	保健センター	保健センター	
		おはなし会	11:00	図書館	図書館	
16	日	環境にやさしいみんなの生活展	10:00	文化センター	生活科学センター	
19	水	食育の日			保健センター	
20	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	
21	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	
22	土	子ども映画会	14:00	図書館	図書館	
25	火	心を開く親の会	13:30	サルビア会館	学校教育課	
27	木	福咲き♥健康食堂	12:00	保健センター	保健センター	要申込
29	土	フクちゃん読書の日			図書館	
4	水	えほんのじかん	11:00	図書館	図書館	
5	木	老人大学閉講式	10:00	文化センター	文化センター	
9	月	サキちゃん読書の日			図書館	
10	火	中学校卒業式		各中学校	学校教育課	
11	水	もち麦の日			農林振興課	



なやみごと相談

2/19・3/4(第1・3水曜日)
* 13:00~15:00
* サルビア会館
* 予約不要

人権相談

2/19(第3水曜日)
* 10:00~15:00
* サルビア会館
* 予約不要

行政相談

2/19(第3水曜日)
* 13:00~15:00
* サルビア会館
* 予約不要

母子相談

随時相談を受付ます
★要事前予約
中播磨健康福祉事務所
☎079-281-9210

もちおぎクッキングレシピ⁹³

コクのあるオイスターソースで中華風に

もち麦入り大根のオイスターソース煮

《作り方》

- ①鶏もも肉は小さめのひと口大に切る。大根、にんじんは乱切りにし、10分ほど下ゆでする。
- ②ねぎ、しょうがはみじん切りにする。
- ③フライパンにごま油を弱火で熱し、②を入れて香りがたったら鶏もも肉を加えて炒める。色が変わったら、ゆでもち麦、大根、にんじん、Aを加え、中火でふたをして15分ほど煮る。
- ④倍量の水(小さじ4)で溶いた片栗粉を回し入れ、とろみをつける。

《材料》(2人分)

- ゆでもち麦...120g
- 鶏もも肉...120g
- 大根...200g
- ねぎ...20cm
- ごま油...小さじ2
- A { オイスターソース...小さじ4
- 水...200ml
- 片栗粉...小さじ2
- にんじん...100g
- しょうが...1片



神戸医療福祉大学
北出先生の一言メモ

寒い季節、鶏肉の美味しさが浸み込んだ大根を食べるとほっとしますね。大根には消化酵素であるジアスターゼがあり、胃の働きを助けてくれます。もち麦のとろみと一緒に温まってください。

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



1人分 442kcal/食物繊維 11.8g



保健センターだより

冬場も大切な水分補給！ 朝イチ、コップ1杯のお茶を習慣に!!
風邪対策や脳卒中、心筋梗塞、認知症の予防にも大切です。

No.382

新しい命の育みを応援します



不育症治療支援事業

福岡町では、平成31年4月から不育症に関する検査と治療費の一部を助成しています。

■助成対象者

1. 医療機関で不育症と診断され、治療開始期間の初日に43歳未満の女性
2. 不育症の治療を受けていた期間に福岡町内に住所のある、婚姻をしている夫婦
3. 前年の夫婦合算所得が730万円未満で、不育症の治療費等について、他市町から同様の助成を受けていない人

■助成内容

1. 助成額 不育症の治療費等に要した保険適用外の医療費の2分の1
2. 助成回数 1年度に1回（通算助成回数の制限はなし）

■申請方法 必要書類を保健センターへ提出

1. 申請期限 当該年度の3月末。（治療が終了していない場合も年度で区切ります）
2. 申請書類 不育症治療支援事業申請書、不育症治療支援事業受診証明書、不育症治療支援事業受診証明書（薬局用）、領収書の写し
※申請書はHPからダウンロードできます

不妊治療費助成事業

特定不妊治療を受けた夫婦に対し、治療に要する費用の一部を助成しています。今年度中に兵庫県の不妊治療助成決定を受けた人は、3月末までに保健センターへ申請してください。

■助成対象者

1. 法律上の婚姻をしている夫婦であって、特定不妊治療をした期間及び助成申請日において、夫婦共に福岡町に住所を有している人
2. 兵庫県による助成決定を受け、かつ兵庫県以外の地方公共団体から、特定不妊治療費の助成を受けていない人
3. 医療保険に加入している人
4. 町税を滞納していない人

■助成内容 治療1回あたり10万円を上限として助成（兵庫県の治療区分C及びFにあつては5万円を上限）

■申請方法 必要書類を保健センターへ提出

- ※申請書はHPからダウンロードできます
- ※詳細はHPに掲載しています

【申請・問い合わせ先】 福岡町保健センター（内線360～363）

神崎郡医師会からお知らせ

『神崎郡医師会健康学校』開講

～いろいろ知りたい

あんなこと・こんなこと

今年はどんな話、どんな先生に

出会えるかな～

日時：3月14日（土）

13:30～（受付13:00～）

場所：文化センター 大ホール

■事前に質問を受け付けます

質問は所定の用紙に記入し、神崎郡医師会にFAX（22-4711）か医療機関の窓口にご持参ください。（2月28日（金）まで）

今年も
やります！

時間割	内容	先生（敬称略）
1時間目	脈が跳ぶ～!!	藤川医院 藤川雄介
2時間目	草引きへの道	橋本じゅん整形外科 橋本 淳
3時間目	心のひらめき	あきたけメンタルクリニック 秋武大輔
4時間目	安心してください、麻酔はこわくありません	公立神崎総合病院 院長 宮原誠二
5時間目	音楽で楽しみましょう	松岡クリニック 松岡 亮 他
6時間目	ケアマネってこんな仕事してるんです	兵庫県介護支援専門員協会 神崎郡支部 支部長 齊藤るみ
7時間目	在宅での看取りを地域で考えてみませんか？	神崎郡在宅医療・介護連携支援センター 中嶋英伸
8時間目	人生会議って何？ ～どう生き、どう逝くか、一緒に考えてみませんか？	神崎郡医師会 副会長 松岡伸二

保健センター2月定例行事予定

(場所) 保健センター

内容	日(曜)	受付時間	対象
一般健康相談	10日(月)	9時30分~11時	一般希望者
母子健康手帳交付	月~土	8時30分~17時15分	妊婦
すくすく相談	10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	26日(水)	13時15分~13時45分	R1.11月生の乳児
4か月児健診	18日(火)	13時15分~13時45分	R1.10月生の乳児
7か月児のまんまクラブ	12日(水)	9時45分~10時	R1.7月生の乳児
10か月児のあばばクラブ	26日(水)	9時45分~10時	H31.4月生の乳児
1歳お誕生相談	10日(月)	9時30分~10時	H31.2月生の乳児
3歳児健診	19日(水)	13時15分~13時45分	H28.10・11月生の幼児

「福味き健康食堂」2月

(糖尿病予防レシピ)

【開店日】2月27日(木)

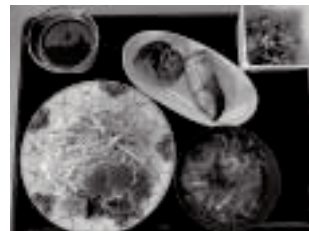
12時から

【定員】先着30人

※新規5人含む

【場所】保健センター2階
健康教育室

【料金】500円



おしながき

- ・ちらし寿司
- ・さわらの味噌幽庵焼き
- ・厚揚げの白和え
- ・もちむぎ麺のばち汁
- ・豆乳プリン~抹茶ソース~

★保健センターで予約受付中です
キッズスペースもあります!!



冬の献血にご協力をお願いします ~輸血を必要としている命を救うために~

輸血用血液は人工的につくることができず、長期間の保存もできません。そのため、兵庫県内では毎日550人の献血が必要です。特に冬は風邪などの体調不良や、厚着のために献血者が減少します。尊い命を救うため、献血にご協力をお願いします。

■献血バス

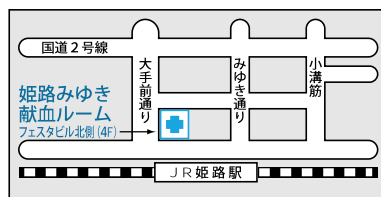
日程：2月19日(水) 15:00~16:30

会場：福崎町役場

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。

■姫路みゆき献血ルーム

☎0120-160-489



全血献血

10:00~12:00

13:00~17:00

成分献血

10:00~12:00

13:00~16:30

※年末年始は休業

詳細は兵庫県赤十字血液センターのHPでご確認ください。 [献血会場の情報はこちら](#)

兵庫 献血

検索

第36回

町のせんせい『健康ひとこと』コラム 歯磨剤

中安歯科クリニック 院長 中安博之 先生



皆さんは『歯磨剤』ってご存知でしょうか？

読んで字のごとくではありませんが、一般的にはそんなに使われていません。『歯みがき粉』と呼ばれています。歯磨剤は歯科分野の専門用語です。ただ、歯みがき粉と言っています。ただ、実際にこの令和の時代に粉状の歯磨剤が存在し、使用している人がいらつしやるのでしょうか？僕は見たことがありません。(笑)今はチューブ状になっているタイプが主流で液体タイプもありますが、それらには研磨剤や発泡剤、湿潤剤、香味剤、清涼剤なんかが入っています。

では、本題です。皆さんはどのような目的で歯磨剤をお使いでしょうか？『家族で同じのを使っているの特に目的なんかありません』とおっしゃる方も多いかもしれませんが、家族であつてもそれぞれお口の中の状態に

違いはあると思います。歯磨剤には虫歯や歯周病の予防、口臭対策、ホワイトニング、歯質強化などの様々な効果があります。でも、使い方を間違えると歯が知覚過敏を起したり、また、泡立ちが多過ぎて磨けたような気分になり、十分なブラッシングができず、歯周病や虫歯をより悪化させてしまうこともあります。

歯磨剤の多くは医薬部外品や化粧品に属しますが医薬品に属するものもあります。体質に合わないものにはより注意が必要になります。一般的な歯磨剤はいずれも治療薬ではありません。予防という観点でご使用をお願い致します。歯磨きで基本的に一番大切なことは正しいやり方で丁寧に歯の一本一本を磨くことです。自分の状態や目的に合った歯磨剤を使用することも大変有効であると思います。

最後にもうひとつだけ。歯磨剤を使って歯を磨いた後のうがいは何度もしないよう練習つけましょう。歯磨剤に含まれているせっかくの有効な成分を洗い流してしまうのはもったいないですから。

◆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、香りがよ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 ☎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



福崎町で頑張っています



エーモン工業株式会社

エーモン工業は、車のアフターメンテナンス用品で、他社では作らない”ありそうでなかった”オンリーワン商品を多く生み出しています。全国のカー用品店やホームセンターには、専用コーナーが設けられるなど、日本各地にエーモンブランドは浸透しています。

社会貢献にも力を入れていて、被災地で不足している車を、被災者に提供する支援活動に取り組んでいます。また、会社周辺の清掃や町の清掃ボランティア活動への参加、ポトルキャップ回収活動など、環境保全活動を通して地域に貢献しています。



私たちは、事業活動を通して社会に対し果たせる役割が何であるかを考え、自覚と誇りをもってその責務を果たしていきます。

表紙写真の説明

1月13日、文化センターで成人式が行われました。今年の新成人は166人です。新たな決意を胸に、それぞれの夢に向かって二十歳の門出です。おめでとうございます。(関連記事2ページ)

記念写真は、上段が福崎西中学校区、下段が福崎東中学校区のみなさんです。

(福崎町広報委員会・内線221)

町民のうごき

世帯数 7,801世帯 (前月比 -12世帯)	人口 19,205人 (前月比 -30人)
男 9,192人	女 10,013人
出生 7人	死亡 14人
令和元年12月末現在	

