



ふくさきイベントカレンダー 11月14日~12月11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)		歴史企画展 「戦後75年福岡と戦争の歴史をつむぐ」	9:00	歴史民俗資料館	歴史民俗資料館	~29日(日)
		福岡映丘秋季画稿展「映丘が描いた歴史画」	9:00	柳田國男・松岡家記念館	柳田國男・松岡家記念館	~29日(日)
		こどもふるさと賞展示	9:00	柳田國男・松岡家記念館	柳田國男・松岡家記念館	~29日(日)
		三木家特別展示「江戸紀行」	9:00	三木家住宅主屋	社会教育課	~12/6(日)
11/14	土	町ぐるみ健診(14・15・22)	8:30	保健センター	保健センター	要申込
		伊勢大神楽	13:30	柳田國男・松岡家記念館前	柳田國男・松岡家記念館	
19	木	食育の日			保健センター	
21	土	おはなし会	11:00	図書館	図書館	
22	日	三木家資料保存ワークショップ	13:00	文化センター	社会教育課	要申込
28	土	子ども映画会	14:00	図書館	図書館	
29	日	フクちゃん読書の日			図書館	
12/2	水	えほんのじかん	11:00	図書館	図書館	
3	木	障害者週間ポスター作品展示	8:30	役場ロビー ※5日・6日は文化センター	健康福祉課	~9日(水)
5	土	人権・青少年健全育成フェスティバル	9:30	文化センター	社会教育課	
6	日	岩田健三郎さん版画教室	13:30	歴史民俗資料館	柳田國男・松岡家記念館	要申込
11	金	三木家資料保存ワークショップ もち麦の日	10:00	歴史民俗資料館	社会教育課 農林振興課	要申込

各種相談

なやみごと相談

11/18・12/2(第1・3水曜日)
*13:00~15:00
*サルビア会館
*予約不要

人権相談

11/18(第3水曜日)
*10:00~15:00
*サルビア会館
*予約不要

行政相談

11/18(第3水曜日)
*13:00~15:00
*サルビア会館
*予約不要

心を開く親の会

11/24(第4火曜日)
*13:30~
*サルビア会館
*予約不要

母子相談 (随時相談。電話で予約をしてください。) 中播磨健康福祉事務所 ☎079-281-9210

もちむぎクッキングレシピ⑧ 3種のきのこのカレースープ

《作り方》

- ①きのこ類は石づきを除く。しいたけは薄切り、えのきは3等分の長さに切り、ほぐす。しめじもほぐす。
- ②鍋にバターを中火で熱し、①を炒めてしんなりしたら、ゆでもち麦、Aを加えて10分ほど煮、塩、こしょうで味を調える。器に盛り、パセリを散らす。

《材料》(2人分)

- ゆでもち麦...40g
- しいたけ...1個
- えのき茸...30g
- しめじ...50g
- バター...5g
- A {
 - ・固形スープの素...1/2個
 - ・水...150ml
 - ・カレー粉...小さじ1/2
- ・塩、こしょう...各少々
- ・パセリのみじん切り...少々



神戸医療福祉大学
北出先生の一言メモ

きのこが美味しい季節になりました。きのこやもち麦にはビタミンEがいっぱいです。バターで炒めることで抗酸化力もアップしますね。
秋のきのこの香りと食感は格別です。カレー風味のスープで深い秋を楽しんでください。



カレー粉で作るスープは、
サラッとした口当たりです

1人分 109kcal/食物繊維 5.6g

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

いつまでも
しあわせ(福)
ほがらか(朗)
福岡市



福岡市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

からだのこと、こころのこと、介護のこと… 一人で悩まず相談してください
保健センターと地域包括支援センターは土曜日も開庁し、皆様からの
相談等を受け付けています。どうぞご利用ください！

No.391

11月は「児童虐待防止推進月間」です

「189 (いちはやく) 知らせて守る こどもの未来」

(令和2年度「児童虐待防止推進月間」啓発標語)

「児童虐待の防止等に関する法律」「児童福祉法」の改正により、令和2年4月から「児童のしつけに際し体罰を加えてはならないこと」が法定化されました。

虐待とは？

- 身体的虐待** 殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、家から締め出す
- 心理的虐待** 言葉で脅かす、無視する、きょうだい間で差別的な扱いをする、子どもの目の前で暴力を振るう(DV)
- ネグレクト** 乳幼児を家に残して外出する、食事を与えない、不潔なままにする、車内に放置する、受診させないなど
- 性的虐待** 子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノの被写体にする

何が体罰？子どもを傷つける行為とは？

体罰

- 言葉で3回注意したけど言うことを聞かないので頬を叩いた
- 友達を殴ってケガをさせたので、同じように子どもを殴った
- 宿題をしなかったので、夕ご飯を与えなかった

心を傷つける行為

- 「おまえなんか生まれてこなければよかった」など、子どもの存在を否定するようなことを言った
- やる気を出させる口実できょうだいを引き合いにしていた

もしかして「虐待かもしれない」と思ったら

いちはやく 〈児童相談所全国共通ダイヤル〉
189 迷わずお電話ください

相談・通告は匿名でできますし、
プライバシーは法律で保護されています。

心配ごとや悩みごとは

ひとりで抱え込まずに相談を

22-0560 ふくさきっこステーション
(保健センター内)

虐待に限らず、子育ての不安や悩みなど
全般的な相談に応じます

*申請はインターネットでできますが、母子健康手帳は後日保健センターで面談し、お渡しします。事前に保健センターまでご連絡ください。
*従来の方法(病院からの妊娠届出書を保健センターへ提出)でも申請できます。

<https://myna.go.jp/>

①個人番号カードの作成
②マイナポータルにアクセスし
入力・申請
「マイナポータル」

申請方法は？

子育ての行政手続きができた
り、行政からのお知らせを受け
取ることができるポータルサイ
トです。

マイナポータルとは？

- ◎事前にアンケート類を入力
することで面談時間の短縮
になります。
- ◎スマートフォンからも入力
ができて便利です。

マイナポータルの「びったり
サービス」を使用して妊娠届や
事前アンケートを入力すること
ができます。

パソコンや
スマホから
妊娠届が申請できます



保健センター11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	9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	9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	25日(水)	13時15分～13時45分	R2.8月生の乳児
4か月児健診	17日(火)	13時15分～13時45分	R2.7月生の乳児
7か月児のまんまクラブ	11日(水)	9時45分～10時	R2.4月生の乳児
10か月児のあばばクラブ	25日(水)	9時45分～10時	R2.1月生の乳児
1歳お誕生相談	9日(月)	9時30分～10時	R1.11月生の乳児
1歳6か月児健診	18日(水)	13時15分～13時45分	H31.1・2月生の幼児

ケアステーションかんざきだより

第136号

ソーシャルディスタンスマーク太活躍!

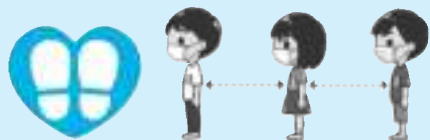
新型コロナウイルス感染拡大と共に、ソーシャルディスタンスという言葉が日本全国に広まり、今では誰もが知っている言葉となりました。外出すると、お店のレジ、病院の受付などあらゆる所でソーシャルディスタンスを保つために、床に足跡のマークやテープを貼って、立ち位置を表しているのをよく見かけます。

ケアステーションかんざきでも、廊下や壁にテープを貼り、並ぶ場所や待機する場所を示すようになりました。初めはテープの位置で並ぶことに慣れない子どもたちでしたが、今ではきちんとそのテープの所で止まり、待機しています。

あるお母さんの話ですが、今まで外出先で、声掛けだけでは順番を待つ事が難しかった子どもさんも、ソーシャルディスタンスの印が世間に増えたことで、順番を待つ事が出来るようになったそうです。

「あと少しだから、もうちょっと待つて。」と声掛けするよりも、見える物で伝えた方が、より分かりやすいとともに、どれだけ待てばいいのか先の見通しが立ちやすく、安心して待つ事が出来ます。私たちが何気に街で見ているものも、実は社会のルールを学ぶアイテムになっていることが分かりました。

新しい生活様式の中で、戸惑いや息苦しさを覚える事がありますが、視点を変えてみると意外な発見ができ、少しプラスの捉え方ができるようになってきます。新型コロナウイルスと人類との闘いはまだまだ続きそうですが、新しい視点で気分転換しながら乗り越えられたらと思います。



高齢者インフルエンザ予防接種

令和2年度に限り
無料で受けられます

新型コロナウイルス感染症の重症化も懸念されていることから、多くの方にインフルエンザの予防接種を受けていただくため、今年度に限り、予防接種の自己負担金を無料とします。対象の方は、流行に備え12月中旬までに接種しましょう。

期 間	令和3年1月31日まで
対 象	●65歳以上の高齢者(接種日年齢) ●60歳～64歳の心臓、腎臓、呼吸器等の障害を有する人

10月中旬に「高齢者インフルエンザ予防接種予診票」「予防接種料免除決定通知書」を送付しています。詳しくは個別通知をご覧ください。

《食育教室》
運動・食育チャレンジカード

町内の小学生を対象に、自宅で取り組む「運動・食育チャレンジカード」を実施しています。

たくさんの
こどもたちが
チャレンジ
しています!



参加希望のお子さんは保健センターまでお申し込みください。

クリアすると素敵なグッズがもらえます。

カードを紛失した場合は再発行します。

町ぐるみ健診 (今年度最終!)

11月14日(土)、15日(日)、22日(日)

忘れないように指定の日時に受診してください。(日時の変更は保健センターまで)

申し込みがまだの方は、ぜひお申し込みください! 歯科検診・節目健診無料クーポンがあれば無料になる項目があります。

◆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 ☎③8575
ホームヘルプステーション ☎②7135
シルバー人材センター ☎②0044
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



■表紙写真の説明

10月19日、にこにこひろばの秋のイベントで、こどもたちがいもほりに挑戦。鍛冶屋営農組合のみなさんに手伝ってもらいながら、大きなさつまいもを収穫しました。
天ぷらかな？やっぱ焼き芋かな？
食べるのが楽しみだね。

(福崎町広報委員会・内線221)

町民のうごき

世帯数 7,794世帯 (前月比 ±0世帯)	人口 19,036人 (前月比 +1人)
男 9,148人	女 9,888人
出生 9人	死亡 13人

令和2年9月末現在



ライトアップ期間は、ガジロウもピンク色に染まりました。

10月1日の「ピンクリボンデー」から4日までの4日間、乳がん早期発見の啓発シンボル「ピンクリボン」にちなみ、駅前観光交流センターをピンク色にライトアップしました。福崎駅を利用する方や近くにお住まいの方など、多くの方に観ていただき、啓発メッセージを伝えることができました。
日本人女性の9人に1人になるといふ乳がん。乳がんはとても身近な病気です。しかし早期に発見すれば90%以上の方は治癒が期待できる病気でもあります。40歳をすぎたら、2年に1回の乳がん検診を習慣にしましょう。

