

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

No.431

福崎町コロナコールセンターは、3月19日をもって終了します。
以降の問い合わせについては、保健センターまでご連絡ください。

おめでとう!

5歳よい歯のお祝い会

令和5年度●後期

5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

長目

ごとう このか
やまもと かりん

中島

やまもと こうた

西光寺

つじかみ こはる
ふじわら みつき
ほりつぎ ゆいと

八反田

まつおか だいむ

吉田

しらい りお
にしむら ゆたか

西野

ごのお ふうた
ひがし はると
まえだ なつね

辻川

あさの しゅんや
いとう てる
えんま ひさと

田尻

おかもと けんし
てらうち ゆず
ふじしま こうき
もりぐち せいた
やまぐち はるか

大門

せき えいた
たかい ちはる
みわ あおい
やまだ ななみ

加治谷

くろだ しょうへい
すがはら りと

上中島

くろだ なみき

南大貫

おかもと てんま
ふじもと けいし

東大貫

かまたに ゆうき

西大貫

はにおか わたる
よしき いと

余田

おぎの さな
なんば かいり

庄

うえだ ゆうたろう
しろたに ゆうく

鍛冶屋

なかつか ここな
やまもと えいた

新町

あらやま あおと
あらやま とおり
こじま りと
はく こう
ふじわら りせ

馬田

まえだ るな

山崎

あわた えいすけ

駅前

まえだ かいと
みぞえ もなみ
やまもと あすな

福田

くにもつ たくま
とうだ りゅうせい
ひの ちさと

西谷

おおはた ゆずき

西治

きたいけ ときや
くろだ つぐみ
たうち ここな
ひさと ようた

高橋

まつもと おうが

かるた大会結果

(敬称略)

	優勝	準優勝
園児の部	畑崎 陽	前嶋 杏奈
低学年の部	遠藤 快晟	角元 美紀
中学年の部	杉山 怜美	高馬 咲奈
高学年の部	岡本 紗奈	下坂 歩子
大人の部	堀次 勇氣	前嶋 香子

2月18日に保健センターで“食育かるた大会”を開催しました。

66人が園児・低学年・中学年・高学年・大人の5部門にわかれ、どの部門も白熱した試合が行われました。空き時間には、食育体験コーナーをまわり、食育を楽しく実践していただく1日となりました。

第6回 食育かるた大会 開催!



3月は、自殺対策強化月間です

まもろうよ、こころ!!

～違和感に気づいたら、
声をかけてみませんか?～

いのち支える相談窓口

◎こころの健康相談統一ダイヤル

☎0570-064-556

◎よりそいホットライン

☎0120-279-338

Fax : 0120-773-776

◎SNS相談事業

まもろうよこころ SNS 検索

「こころの体温計」で
心の状態をチェックしてみましょう

◆町ホームページから、バナーをクリック↓

本人モード・家族モード・赤ちゃんママモード
アルコールチェックモード・ストレス対処テスト

◆携帯電話、
スマートフォンからはこちら→



「気功教室」参加者募集!!

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

会場 ①八千種研修センター

第1土曜 10:00～11:30

②エルデホール

第1・3月曜または火曜 13:30～15:00

※日程は都合により変更する場合があります。

対象者 福崎町在住の人（年齢は問いません）

参加費 半期ごと（各期初回参加時に前納）

八千種研修センター（月1回）1,800円

エルデホール（月2回）3,600円

講師 李 敬烈さん

募集人数 各5名 ※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）

心の悩みなど、相談のある人は、講師による
個別カウンセリングを行います。（要予約）

=こころの健康づくり公開講座= トーク&ミニコンサート

上手にストレスを解消し、こころの健康を保つことはとても大切です。日ごろのちょっとした変化に気づき、早めに手だてをしこころ軽やかに過ごしましょう。まずはご自身や大切な人のこころの健康づくりのきっかけになればと思います。

参加申込不要&参加費無料!

日時 3月16日(土) 14:00～16:00

場所 エルデホール イベントホール

内容

①「心がほっこり元気に」

～まずはセルフケアの実践と

ゲートキーパーに～

特定非営利活動法人いねいぶる理事長

宮崎宏興さん

②「眠り」とは何だろう?

ギター弾き語りトーク

あきたけメンタルクリニック院長

秋武大輔さん

問い合わせ先 福崎町保健センター ☎22-0560

不妊治療の申請はお済みですか?

令和5年4月1日から一般不妊治療費および特定不妊治療費の助成を行っています。対象の方は期限内に申請してください。

一般不妊治療 令和5年4月1日～令和5年12月31日までにかけた費用は令和6年3月30日までに申請してください。令和5年3月31日以前にかかった費用は対象外です。

特定不妊治療 治療が終了した日から3か月以内または治療が終了した日が属する年度内（令和6年3月30日）のいずれか遅い日までに申請してください。令和5年12月31日までに治療が終了している方は、令和6年3月30日が申請期限です。

詳細は町ホームページをご覧になるか、保健センターまでご連絡ください。（☎0790-22-0560）

保健センター3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	11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	11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	27日(水)	13時15分~13時45分	R5.12月生の乳児
4か月児健診	19日(火)	13時15分~13時45分	R5.11月生の乳児
7か月児のまんまクラブ	6日(水)	9時45分~10時	R5.8月生の乳児
10か月児のあはばクラブ	27日(水)	9時45分~10時	R5.5月生の乳児
1歳お誕生相談	11日(月)	9時30分~10時	R5.3月生の乳児
1歳6か月児健診	13日(水)	13時15分~13時45分	R4.5・6月生の幼児
5歳児健診	29日(金)	13時~13時45分	H31.2・3月生の幼児

献血にご協力ください!

~人間を救うのは、人間だ~

献 血 日 程

3月29日(金) 13:30~16:00
福崎町役場



献血キャラクター「けいけいちゃん」

- ★400mL献血にご協力ください
- ★献血に協力いただいた人に「福崎町健康づくりポイント」が付加されます。

参加費無料

令和5年度食育講演会

「食でいきいき!健康長寿」

~いつ食べる?時間栄養学を活用した食事や1日の過ごし方~

体重が増えやすい、なんだか最近疲れやすくなった、寝つきが悪いなどの不調は、体内時計の乱れのせいかもしれません。体内時計とのかかわりを重視した「時間栄養学」が近年注目されており、食事の内容が同じでも「いつ食べるか」によって、健康への影響が変わることがわかってきました。

「時間栄養学」の観点からご自身、ご家族の食事を考えてみませんか?

日 時 3月22日(金) 13:30~15:00
(受付13:15~)

場 所 福崎町保健センター
定 員 40人程度

(※定員になり次第締切)

講 師 兵庫県立大学

教授 永井成美さん



申込方法 電話、窓口、メールで申し込み

申し込み・問い合わせ先

福崎町保健センター食育推進係

☎22-0560 (内線361・362)

✉kenkou@town.fukusaki.lg.jp

※メールでの申し込みは、件名に「食育講演会」、本文に住所・氏名・電話番号を記載してください。

3月5日から健康づくりポイントを交換できます!

福崎町健康づくりポイントカードは健康づくりに役立てるためのポイントカードです。

健診を受けた方にポイントカードをお渡ししています。健診を受けたり、生活の中で健康づくりに取り組んでいる方にポイントがつきます。

健康づくりポイントカードを活用し、健康づくりの達人を目指しましょう!

令和5年度健康づくりポイントの活用方法

①検診費用に利用(1P=100円)

「町ぐるみ健診」当日にポイントカードを持参すると、検診の費用として利用できます。※「町ぐるみ健診」当日でも金券の交換ができるようになりました。ただし、ボーナスポイントを付与できるのは受診の前日までに保健センターに来所し、金券の交換をした方に限ります。

②健康グッズに交換

ポイント数に応じて、もち麦精麦、バランスボール、歩数計などの健康グッズと交換できます。

※保健センターは土曜日(祝日を除く)も開庁しています。



◆福崎町民憲章◆

- 一、恵まれた自然を生き、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、香りた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 ☎②1655
 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 ☎②5805
 社会福祉協議会 ☎②0300
 第1デイサービスセンター ☎②0310

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 ☎②1500
 スポーツ公園 ☎②1292
 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
 駅前観光交流センター ☎②9060
 辻川観光交流センター ☎②9053
 企業会館 ☎②5902



ガジロウ生誕10周年記念祭について

■表紙写真の説明
 2月7日、エルデホールで5歳よい歯のお祝い会を開催しました。元気なちびっこたちが大集合！記念品贈呈、むし歯予防についてのお話、記念撮影を実施しました。これからもむし歯のない歯、大切にしてくださいね。
 (福崎町広報委員会・内線220)



2月14日に辻川観光交流センターで、松竹芸能漫才コンビアルミカンさんやガジロウの絵コンテスト入賞者をお招きして、ガジロウ生誕10周年祭を開催しました。多くの方にご来館いただき、あたたかいお祝いのムードに包まれました。

今後もガジロウは、福崎町の活性化に寄与してくれると思いますので、応援よろしくお願ひします。

問い合わせ先 地域振興課 (内線392)

町民のうごき

世帯数	8,068世帯	人口	18,751人
(前月比)	-6世帯)	(前月比)	-16人)
男	9,028人	女	9,723人
出生	4人	死亡	17人
令和6年1月末現在			

この広報紙は再生紙を使っています。

ホームページアドレス <https://www.town.fukusaki.hyogo.jp/>