

## 身近な素材でつくる ホウ酸ダンゴづくり教室

ジメジメした暗い場所を好む害虫は、湿気が多く気温も高い梅雨から夏にかけて繁殖します。ホウ酸ダンゴをつくり、置いておけば害虫の繁殖予防になります。

身近な素材でつくれるホウ酸ダンゴをつくってみませんか。ぜひ、ご参加ください。

日 時 5月23日(金) 10:00～正午  
会 場 福崎町生活科学センター調理室  
講 師 高井幸代さん  
対 象 福崎町に在住または在勤の人  
募集人数 20人(先着順) 参加費用 250円  
申込期間 4月10日(木)～5月8日(木)  
持 ち 物 ペットボトルのキャップ20個  
(生活科学センターでも用意します。)

## 災害時に実践できる 防災クッキング

パッククッキングは、耐熱性のポリ袋に材料を入れて湯せんするだけの簡単な調理方法です。災害などでライフライン(水道・ガス・電気)が使えない時でも、洗い物が少なく簡単に食事をつくることができます。ぜひ、ご参加ください。

日 時 5月10日(土) 10:00～正午  
会 場 福崎町生活科学センター調理室  
講 師 栄養士 南里恵子さん  
対 象 福崎町に在住または在勤の人  
募集人数 20人(先着順) 参加費用 300円  
申込期間 4月10日(木)～24日(木)  
持 ち 物 エプロン、三角巾、筆記用具

申込・問い合わせ先 生活科学センター (☎22-2939/月曜日定休)

## 短歌会

我一日何事もなく流れゆき夕日もだまつて  
沈んでいった 安田 正

恵方巻今年はどれにしようかと迷う間に姉  
より届く 尾上 定信

おでん鍋は娘の婿の十八番なり今宵はこと  
に旨し上出来 宮本美智子

参観日は羽織の祖母が座布団に座っていた  
り陽の射す教室 畑崎 節子

ひんがしの山の傾りも柿色に染まり今年の  
秋行かんとうす 岡田恵美子

寒空に道路工事の音響く空つ風の中此処は  
播州 くりと

隣に座す人の写経の手の早し左手の上に右  
手をかさね 小山 満

カマラ・ハリスの大統領の晴れ姿まぼろし  
となる 初時雨すぐ 久野 盈

砂被りにいつも気になる女の子いて千秋楽  
まで休むことなし 上月 昭弘

寒中に川石打ちて捕りし雑魚なき父のごと  
味噌煮にしたり 内山 嗣隆

## 俳句会

盆梅展 百年容樹の花薫る  
大野 宗範

豆撒きに 一と日賑あう過  
疎の寺 廣瀬 純水

白内障 手術終りて春来る  
鬼本 修

古池の 池畔に匂う 芹のむ  
れ 佐藤 純子

愛娘 嫁ぎし家に 梅花の香  
藤岡 照代

初午や 老ゆ神主の 白き眉  
城谷 秋美

立春の 明るき空に 鳶舞え  
り 尾藤 ことよ

惑星の 直れつ夜空 浅き春  
福島 紀子

節分や 里人集い 焚く斎灯  
福永美代子

出雲旅 宿の朝餚に 蜆汁  
松岡 勝美

## にぎわい春の ガジマルシェ

日 時 4月12日(土)  
11:00～19:00(小雨決行)  
場 所 駅前交流広場  
(福崎町商工会青年部 ☎22-0558)

# ふくさきイベントカレンダー 4月12日～5月9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) |     | 松岡映丘画稿展～兄・國男とのつながり～          | 9:00  | 柳田國男・松岡家記念館 | 柳田國男・松岡家記念館    | ～6/1(日)  |
|       |     | オープンガーデンなかはりま2025(前期)        |       | 町内各所        | 文化センター         | ～13日(日)  |
| 12    | 土   | おはなし会                        | 11:00 | 図書館         | 図書館            |          |
|       |     | にぎわい春のガジマルシェ                 | 11:00 | 駅前交流広場      | 福崎町商工会青年部      | 小雨決行     |
| 15    | 火   | かんざき虹の会美術展                   | 10:00 | イーグレひめじ     | かんざき虹の会        | ～20日(日)  |
| 19    | 土   | 食育の日                         |       |             | 保健センター         |          |
|       |     | スポーツフェスティバル                  | 9:30  | さるびあドーム     | 第1体育館          | 要申込      |
| 23    | 水   | グッドドライバー・レッスン in 福崎インター自動車学校 | 9:00  | 福崎インター自動車学校 | 神崎交通安全自家用自動車協会 | 要申込      |
| 26    | 土   | 三木家住宅「五月人形展」                 | 9:00  | 三木家住宅       | 社会教育課          | ～5/25(日) |
|       |     | 歴民企画展「教科書展ー国語編ー」             | 9:00  | 歴史民俗資料館     | 歴史民俗資料館        | ～6/1(日)  |
|       |     | 子ども映画会                       | 14:00 | 図書館         | 図書館            |          |
| 29    | 火・祝 | フクちゃん読書の日                    |       |             | 図書館            |          |
| 5/7   | 水   | えほんのじかん                      | 11:00 | 図書館         | 図書館            |          |
| 9     | 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         |          |

## 各種相談

### なやみごと相談

4/16・5/7(第1・3水曜日)  
\*13:00～15:00  
\*サルビア会館  
\*予約不要

### 人権相談

4/16(第3水曜日)  
\*10:00～15:00  
\*サルビア会館  
\*予約不要

### 行政相談

4/16(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

4/28(第4月曜日)  
\*13:30～  
\*サルビア会館  
\*予約不要

母子相談 (随時受付。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

## 食育通信 ～男性の料理“いろは教室”～

男性を対象とした料理初心者向けの教室です。40～80代のメンバーで和気あいあいと楽しく料理の基本を学びながら、食習慣を見直すきっかけ作りや、仲間づくりを目的に行っています。

毎月簡単レシピを学び、自宅でも習ったレシピを家族にお披露目されている方もおられます。得意なこと、不得意なこともみんなですることによって勉強になります。自分で作ることで食に興味を持ち、ご自身の健康づくりにつながることを願っています。

包丁を使用したことがない方でも大丈夫！一度体験に来られませんか？

(保健センター)



## ごみの減量化にご協力ください

令和7年度版の「家庭ごみ分別収集カレンダー」を配布しています。下段のごみの分け方、出し方を参考に、この機会にもう一度ごみの分別について見直していただき、生ごみの水切りやプラスチック製容器包装、ミックスペーパーの分別など、身近なことでできることから、ごみの減量化、リサイクルの推進にご協力ください。

カレンダーがお手元がない人は、町ホームページをご覧ください。か、住民生活課でお渡ししますので窓口までお越しください。

(住民生活課)

「家庭ごみ分別収集カレンダー」のこのあたりに載っています





# 保健センターだより

No.444

新年度が始まります！

朝日を浴びて、朝ごはんを食べてころもからだも元気アップしましょう♥

## 福崎町带状疱疹ワクチン定期接種のお知らせ

令和7年度から65歳以上の人などを対象に带状疱疹ワクチンの定期接種が開始され、福崎町では、下記のとおり予防接種費用の助成を行います。带状疱疹ワクチンは、発症を抑制し、重症化や後遺症の予防につながります。厚生労働省ホームページで带状疱疹の情報を掲載しています。

兵庫県 带状疱疹

検索

| 実施期間   | 令和7年5月1日～令和8年3月31日                                                                                                                                                                                                                                                                   |               |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 対象者    | ①65歳の人（S35.4.2生～S36.4.1生※令和7年度末年齢）<br>または60歳以上で心臓等に障害を有する人<br>②70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳および100歳以上の人<br>※過去に町の任意助成制度で接種した人は、定期的対象外となります。                                                                                                                                                |               |
| 対象ワクチン | 乾燥弱毒性水痘ワクチン                                                                                                                                                                                                                                                                          | 乾燥組換え带状疱疹ワクチン |
| 接種回数   | 1回                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2回            |
| 自己負担額  | 2,000円／回                                                                                                                                                                                                                                                                             | 6,000円／回      |
|        | 但し、住民税非課税、生活保護世帯の方は全額助成                                                                                                                                                                                                                                                              |               |
| 助成方法   | 4月下旬頃、対象者に予診票を郵送します。<br>①町が指定する医療機関で接種する場合は、予診票を提出して接種し、窓口で負担金を支払ってください。免除決定通知書をお持ちの人は病院窓口で提出してください。<br>※町内の指定医療機関は案内文書で確認してください。<br>※郡内・姫路市内及び県内の指定医療機関名はお問い合わせください。<br>②指定する医療機関以外で接種する場合は、事前に保健センターで申請し、依頼書と予診票で接種し、接種費用の全額を支払った後、保健センターに領収書等必要書類を提出してください。後日自己負担金との差額を口座に振り込みます。 |               |
| その他    | 町の任意助成制度（50歳以上、1回限り上限4,000円）は継続します。                                                                                                                                                                                                                                                  |               |

### 高齢者肺炎球菌

#### (定期) 予防接種のお知らせ

対象者

- 令和8年3月末までに65歳になる人のうち、過去に一度もこの予防接種を受けていない人
- 60～64歳の人で、内部障害を有する人

接種費：2,000円

接種期限：令和8年3月31日

※対象年齢の人には、4月上旬に予診票を郵送します。

◇この予防接種を受ける前後2週間は、新型コロナウイルスワクチン接種ができません。

◇肺炎球菌の予防接種は、5年経過すると抗体価が下がりますので、5年ごとの接種（任意）をおすすめします。かかりつけ医にご相談ください。

### 福崎町健康づくり推進協議会委員を募集します

福崎町では、健康づくりや食育を推進するにあたり、多くの方の意見や提言を幅広く反映させるため、住民代表、各関係者等で構成する福崎町健康づくり推進協議会を設置しています。

この度、協議会に住民代表の委員を募集します。健康づくりや食育に関心のある方は、ぜひご応募ください。

募集人数 1人（応募者多数の場合は抽選）

応募資格 ○町内在住の20歳から78歳未満の人  
（令和7年4月1日現在）

○平日に開催する会議に出席できる人  
（年間3回程度）

任期 委嘱の日から令和9年3月31日まで

応募方法 所定の「応募用紙」に記入し、持参、郵送もしくはメールで提出してください。「応募用紙」は役場ほけん年金課または保健センターにあります。福崎町公式ホームページにも掲載しています。

応募締切 5月16日（金）

申し込み・問い合わせ先 保健センター

〒679-2204 福崎町西田原1397-1 ☎22-0560（内線360～363）

✉kenkou@town.fukusaki.lg.jp

## 保健センター4月定例行事予定

(場所) 保健センター ※こころのケア相談は中播磨健康福祉事務所

| 内 容          | 日(曜)   | 受付時間                 | 対 象             |
|--------------|--------|----------------------|-----------------|
| 一般健康相談       | 14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       | 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        | R7.1月生の乳児       |
| 4か月児健診       | 22日(火) | 13時15分～13時45分        | R6.12月生の乳児      |
| 7か月児のまんまクラブ  | 9日(水)  | 9時45分～10時            | R6.9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            | R6.6月生の乳児       |
| 1歳お誕生相談      | 14日(月) | 9時30分～10時            | R6.4月生の乳児       |
| 3歳児健診        | 16日(水) | 13時15分～13時45分        | R3.12・R4.1月生の幼児 |
| こころのケア相談     | 9日(水)  | 9時30分～11時<br>※原則、予約制 | 一般希望者           |

## 予防接種

※ヒブ・小児用肺炎球菌・B型肝炎・ロタウイルス・四種混合・五種混合・水痘(水ぼうそう)・日本脳炎・二種混合の予防接種は、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。

子宮頸がん(HPV)ワクチンキャッチアップ接種が、下記のとおり令和8年3月31日まで延長されます。対象の人は、医療機関に予約をして、接種を完了してください

予防接種を受けることで、子宮頸がんの原因となるヒトパピローマウイルスの感染を防ぐことができます。接種については、下記厚生労働省ホームページ等をご覧ください、ご検討ください。

| キャッチアップ接種 |                                                         |
|-----------|---------------------------------------------------------|
| 対 象 者     | 平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれ的女性で、令和7年3月31日までにHPVワクチンを1回以上接種した人 |
| 接種回数      | 残りの回数                                                   |
| 接 種 費     | 無料                                                      |

◎厚生労働省のホームページでは、HPVワクチンに関する情報をご案内しています。

厚労省HPV

検索



令和7年度

もう提出しましたか？

## 町ぐるみ健診意向調査票兼申込書

意向調査票兼申込書は、水色の封筒で世帯主宛に郵送しています。お早めの提出をお願いします。

書類は保健センター窓口においているほか、町ホームページからもダウンロードできます。

※健(検)診は必ず事前の申し込みが必要です

## 第65回 町のせんせい『健康ひとことコラム』

## 『いつまでも自分らしく』

おおにしクリニック 大西沙代子 先生

健康長寿であるためには、どのようにすれば良いでしょうか。

まず、現在の自分の健康状態を知るために健康診断を受けましょう。一般的には町ぐるみ健診や会社の健康診断、特定健診などが受けやすいと思います。そして、健診を受けるだけでなく、結果に対してのフォローも必要です。特に精密検査や再検査を受けるように指摘された場合は、必ず医療機関を受診しましょう。生活改善を指摘された場合は、現在の生活を見直し、適切な時期に再度必要な検査を受けましょう。

持病がある方は、なるべく生活の質を維持、向上したいという思いがあるでしょう。主治医に治療を任せきりにするのではなく、ご自身の思いを伝え、相談するようにしましょう。そうすることで意向に沿った医療の選択をすることができます。(保険診療を行う場合は、規則を遵守する必要があります。)

また、病気の状態によっては、病気の治療を主

体にするのではなく、意思決定を尊重したケアを支援していく必要がある場合があります。ただ、意思疎通ができなくなってからは、ご自身の思いを伝えることはできません。どの世代であっても、日頃からどのような医療を受けたいか大まかな希望を身近な人に伝えておくことが大切です。ケアを支援していくためには、介護サービスも重要となってきますので、地域包括支援センターを利用するなど介護の相談をできる環境を整えることも大切だと思います。

まずは、病気の予防をしっかり行い、持病がある場合は、希望に沿った治療やケアを受けることで心身ともに安定した生活を送りましょう。



## ◆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 ☎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  
 駅前観光交流センター ☎①9060  
 辻川観光交流センター ☎①9053  
 企業会館 ☎②5902



### ■表紙写真の説明

役場前に設置されている観光看板が新しくなりました。  
 道路側は、福崎町を代表する柳田國男先生・もちむぎ・そしてガジロウが一目で分かるデザインになっています。  
 裏側（役場駐車場側）は町内のマップと観光名所等を紹介しています。  
 （福崎町広報委員会・内線221）

### 町民のうごき

|                           |                          |
|---------------------------|--------------------------|
| 世帯数 8,096世帯<br>(前月比 +5世帯) | 人口 18,524人<br>(前月比 -12人) |
| 男 8,959人                  | 女 9,565人                 |
| 出生 4人                     | 死亡 16人                   |
| 令和7年2月末現在                 |                          |

問い合わせ先 地域振興課（内線392）



株式会社アイキャットが開発した「PataKara」は、口腔機能トレーニング「パタカラ体操」と滑舌検査を融合した新感覚の音声シューティングゲームです。ゲームを通じて楽しく「くちトレ」をしましょう。

「PataKara」は、口腔機能トレーニング「パタカラ体操」と滑舌検査を融合した新感覚の音声シューティングゲームです。ゲームを通じて楽しく「くちトレ」をしましょう。

「パ・タ・カラ」

もちむぎと妖怪のまちで

まちのトピックス