

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
14	土	雛人形展	9:00	三木家住宅主屋	社会教育課	土日祝日のみ ～3/22(日)
15	日	宝くじ文化公演「青春の輝きライブ1990」	15:00	エルデホール	エルデホール	要チケット
19	木	食育の日			保健センター	
		老人大学一般教養講座(公開講座)	13:20	エルデホール	文化センター	
21	土	おはなし会	11:00	図書館	図書館	
24	火	絵本読み聞かせ講座	10:00	図書館	図書館	要申込
		女性がん検診	13:20	保健センター	保健センター	要予約
26	木	老人大学開講式	10:00	エルデホール	文化センター	
28	土	歴史ウォーク	10:00	スポーツ公園駐車場集合	社会教育課	要申込
		子ども映画会	14:00	図書館	図書館	
3/1	日	文化協会公民館クラブ 春の発表会	13:00	エルデホール	文化センター	
4	水	えほんのじかん	11:00	図書館	図書館	
5	木	フードドライブ	9:00	役場1階ロビー特設会場	福祉課	～6日(金)
7	土	スポーツ功績賞・文化功績賞・吉識雅夫 科学賞・柳田國男ふるさと賞表彰式	10:00	エルデホール	社会教育課	
		ふく咲マーケット	12:00	エルデホール	福祉課	
		三木家資料保存ワークショップ「下張り文書はがし作業」	13:30	三木家住宅展示兼収蔵施設	社会教育課	要申込
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	

各種相談

なやみごと相談

2/18・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

2/18(第3水曜日)
* 10:00～15:00
* サルビア会館
* 予約不要

行 政 相 談

2/18(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

2/24(第4火曜日)
* 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 ～給食センターの食育に関する取り組みについて～

給食センターは給食を作っているだけではなく、食べることの大切さを伝えるため、食育活動も行っています。

認定こども園の3～5歳児とその保護者を対象に、保健センターと連携して食育教室を行っています。年齢に応じて恐竜のパペットやフェルトの人形を使い「元気であるためにバランス良く食べることが大切」と伝えています。また給食センターを見学してもらい、給食ができるまでの話を聞いたり、大きな釜でお汁を作るようすを見たり、実際の調理で使っている大きなお玉を触る体験をして、給食をより身近に感じて感謝して食べようという気持ちを育てています。

さらに小学校では、栄養教諭が給食時間に訪問し食事のマナーや行事食、地元食材等さまざまな観点から食育指導を行ったり、食育情報の掲示もします。今後も給食を「生きた教材」として活用し食の大切さを伝えていきます。(給食センター)



田原幼稚園 4歳児のセンター見学



田原小学校 3年生のもちむぎ授業



保健センターだより

感染症に負けないからだ作りには「免疫力」が欠かせません。

No.454

バランスのとれた食事、適度な運動を心がけ、免疫力を高めましょう！

=こころの健康づくり公開講座=

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。(令和7年度健康づくりポイントの対象です。ポイントカードをお持ちの方はご持参ください。)

参加申込不要&参加費無料!

日 時 3月7日(土) 14:00~16:00

場 所 エルデホール メインホール

内 容

①「住み慣れた地域で、
自分らしく安心して暮らし続けるために」
特定非営利活動法人いねいぶる理事長
宮崎宏興 さん

②「自分でできるストレスセルフ対処法
(セルフケア)」

ギター&トーク
あきたけメンタルクリニック院長
秋武大輔 さん

★お知らせ★

公開講座の開催前(12:00~14:00)に「ふく咲マーケット」(事業所手作りの菓子類等の販売)をエルデホールホワイエで開催します!

問い合わせ先 福岡町保健センター ☎22-0560

参加費無料

令和7年度食育講演会

「食べて整える!



腸内環境が支える免疫と健康」

~毎日の食事がカギ! 腸内から健康を守る方法~

「なんとなく体調がすぐれない」「風邪をひきやすい」そんな不調の原因は、腸内環境にあるかもしれません。本講演会では、毎日の食事実践できる腸内環境を整えるコツをお伝えします。特別なことをしなくても、「食べ方」「選び方」を少し意識するだけで、体は内側から変わっていきます。「腸内環境」の観点からご自身・ご家族の食事を考えてみませんか? ぜひご参加ください!

日 時 3月16日(月) 13:30~15:00

(受付13:15~)

場 所 保健センター

定 員 30人程度(※定員になり次第締切)

講 師 公益財団法人兵庫県健康財団

管理栄養士 荒井喜美さん

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

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。



1月24日に“食育かるた大会”を開催しました。

39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。

令和7年度「食育かるた大会」開催

かるた大会結果

(敬称略)

	優 勝	準優勝
園児の部	丸山 大翔	細尾 稜玖
低学年の部	宇崎 敦翔	丸山 詩織
中学年の部	井奥水那美	角元 美紀
高学年の部	高馬 咲奈	竹下 陽菜
大人の部	高馬 優乃	山下 晃史

保健センター2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	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30分～13時45分	R7.11月生の乳児
4 か 月 児 健 診	17日(火)	13時30分～13時45分	R7.10月生の乳児
7か月児のまんまクラブ	4日(水)	9時45分～10時	R7.7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	R7.4月生の乳児
1歳お誕生相談	9日(月)	9時30分～10時	R7.2月生の乳児
3 歳 児 健 診	18日(水)	13時15分～13時45分	R4.10・11月生の幼児
こころのケア相談	2月はお休みです		一 般 希 望 者

予
防
接
種

※二種混合・五種混合・日本脳炎・ポリオ・小児用肺炎球菌・水痘(水ぼうそう)・B型肝炎予防接種は、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。

神崎郡医師会健康学校

弁護士の先生にもお話をいただきます。
 多くの皆様のご参加をお待ちしております。

日時 3月14日(土) 13:30～(受付13:00～)
 場所 エルデホール

(敬称略)

13:30 開校の辞

神崎郡医師会会長 木村俊明

1 時間目 力士は風呂に入った

吉田クリニック院長 松田隆行

2 時間目 『特別授業』誰もがやるべき人生会議

芳祐法律事務所弁護士 岡本祐育

―― 休 憩 ――

3 時間目 点滴したら元気になる??～点滴とは

公立神崎総合病院 佐野梨沙

4 時間目 音楽の時間

松岡クリニック院長 松岡 亮

5 時間目 認知症を予防できますか?

姫路北病院院長 西野直樹

Q & A

15:30 閉校の辞

神崎郡医師会副会長 村上貴典

(神崎郡医師会)

第70回 町のせんせい『健康ひとことコラム』

『小児歯科予防の 重要性とポイント』

うしお歯科 牛尾 暢宏 先生

小児歯科予防は、子どもの将来の健康を支える大切な土台づくりです。

乳歯は大人の歯に比べてエナメル質が薄く、虫歯が進行しやすいため、早い段階からのケアが欠かせません。まず重要なのは、毎日の正しい歯みがき習慣です。仕上げみがきは小学校3～4年生頃まで続けると効果的で、特に奥歯の溝は形が複雑ですので丁寧に磨くことがポイントです。また、歯ブラシだけでは落とすきれない汚れもあるため、歯間部のケアにはフロス(糸ようじ)を使いましょう。フッ素入り歯みがき剤やフッ素配合洗口剤を取り入れると、歯の強化につながります。

食習慣も予防の要です。砂糖を多く含むお菓子や清涼飲料水の頻繁な摂取は、虫歯のリスクを高めます。

だらだら食べを避け、食事やおやつの時間を決めましょう。おやつの量よりおやつの回数が多いと虫歯になりやすいです。

また、よく噛んで食べる習慣は唾液の分泌を促し、自然の自浄作用を高めるため、虫歯予防にも効果的です。

さらに、歯科医院での定期検診も欠かせません。専門的なクリーニングやシーラント(奥歯の溝を埋める予防処置)によって、日常のケアでは防ぎきれない虫歯リスクを減らすことができます。定期的に歯科医師が口腔内をチェックすることで、歯並びやかみ合わせの異常も早期に発見でき、将来のトラブル予防にもつながります。

小児期の口腔環境づくりは、大人になってからの歯の健康にも影響を与えます。家庭と歯科医院が協力し、楽しく続けられる予防習慣を築くことが、子どもの健やかな成長と笑顔を守ることに繋がります。

いろいろ大変かと思いますが御協力の程よろしくお願い致します。

◆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

1月12日、エルデホールで二十歳のつどいを開催しました。151人が出席し、それぞれの成長を喜び合いました。二十歳の門出、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)



町ホームページ
→
掲載ページは
こちら



★福崎町ホームページにて公開中！

スマホやタブレットを持ちながら文化財を巡ることもできます。

マップは、A2サイズをA4サイズに折って配布しています。

配布場所

文化センター・歴史民俗資料館・教育委員会
問い合わせ先 社会教育課 (内線257)

福崎町文化協会では、身近な文化財をひろく発信するため、町の指定文化財の説明文や写真を掲載した指定文化財マップを作成しました。

最新版「福崎町指定文化財マップ」作成

まちのトピックス

町民のうごき

世帯数 8,151世帯 (前月比 +1世帯)	人口 18,373人 (前月比 -9人)
男 8,896人	女 9,477人
出生 7人	死亡 23人

令和7年12月末現在