

まちづくりに役立つ サマージャンボ宝くじ

発売期間 6月30日(火)～7月31日(金)

抽せん日 8月12日(水)

サマージャンボ宝くじの収益金は、県内市町のより良いまちづくりに活用されています。収益金は、各都道府県の販売実績などに応じて交付されますので、ぜひ、兵庫県内の宝くじ売り場またはインターネットでお買い求めください。



問い合わせ先

公益財団法人兵庫県市町村振興協会

☎078-954-6020

宝くじ公式サイト

くらしのセミナー

SDGs ごみの分別とごみの行方

ごみの分別は私たちの日常生活にかかせない重要な習慣です。「ごみの分別」と聞くと、面倒に感じる人もいるかもしれませんが、ごみの分別は非常に大きな意味があり、さまざまなメリットが生まれ「資源としての再利用」、「処理施設の維持とコスト削減」、「地球温暖化の防止」などにつながります。

住民生活課職員が子どもたちにもわかりやすく話をします。ぜひ、ご参加ください。

日時 8月28日(金) 14:00～15:00

場所 生活科学センター 講義室

講師 住民生活課職員

対象 福崎町に在住または在勤の人

問い合わせ先 生活科学センター

(☎22-2939/月曜定休)

短歌会

八十年の平和守った憲法の散りゆく夢は見
たくも無きや 安田 正

友誘いいつも通りの花見会さくら花より気
なるお酒 尾上 定信

一品をねだってみよう夕食に黄のトッピン
グのミモザサラダを 宮本美智子

川沿いの道ゆきゆきて出会いたり空より青
きいぬふぐりの花 岡田恵美子

夏空や白鷺一羽静かなり植付け前の開けし
農地 くりと

雨あがり砂利敷く庭の草を引く春の根張り
の長く強かり 小山 満

花丸はいくつになっても嬉しいな喜寿のバ
イエルゆつくり進む 久野 盈

危険なる車道に居坐る鳥一羽路面に溜りし
水飲み干せり 梶原 明子

スーパーの小舟に並ぶ鯛の目艶やかに澄む
節分近し 上月 昭弘

あざやかに夏雲映す峡の田に秋落ちなきを
地霊に祈りぬ 内山 嗣隆

俳句会

春休み 孫が帰省の端午の 廣瀬 純水

夏来る 村の長者は 百二歳 大野 宗範

初夏汀 魚追う子らは 裸足 なり 鬼本 修

騒がしき 課外授業新人生 佐藤 純子

山百合の 群生地知る 古い 父 城谷 秋美

谷風に 揺られ山百合 咲き けり 藤岡 照代

雨前に 植え付けすみし 夏 野菜 福島 紀子

友釣りの 針研く夫 夏来る 尾藤 ことよ

其々に 余暇を楽しむ 子ど もの日 福永美代子

兵として 往きし想いで 阜 月雨 松岡 勝美

参加無料

福崎吹奏楽団

サマースタートコンサート

みんなで楽しい音楽の夕べ

日時 8月8日(土) 19:00～20:00

場所 文化センター 小ホール

曲目 青と夏

ノンストップ昭和メドレー

軽騎兵序曲よりファンファーレ

G線上のアリア BrassRock 他

お子様
大歓迎



ふくさきイベントカレンダー 7月11日~8月14日

日	曜日	事業・イベント名	時間	場 所	問い合わせ先	備 考
11	土	もち麦の日			地域振興課	
		三木家de風鈴づくり/手づくり風鈴展	9:30	三木家住宅	社会教育課	風鈴展土日祝日 ~8/23(日)
		ASハリアマリアルビオンキッズサッカー教室	10:00	さるびあドーム	体育館	要申込
12	日	町ぐるみ健診(18、19、21日)	8:30	保健センターほか	保健センター	要予約
16	木	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	
18	土	観光協会クリーン作戦	6:50	辻川山公園、青少年野外活動センター	観光協会	
		山桃忌奉賛写生大会	9:00	柳田國男生家付近	文化協会(文化センター内)	
		おはなし会	11:00	図書館	図書館	
		三木家住宅探検	①13:30 ②15:00	三木家住宅	社会教育課	要申込
19	日	食育の日			保健センター	
20	月・祝	アウトドア生活塾	9:00	青少年野外活動センター	社会教育課	要申込
23	木	小学生陶芸体験教室	9:00	文化センター	文化センター	要申込・先着10人
25	土	子ども映画会	14:00	図書館	図書館	
26	日	第13回柳田國男検定	10:30	文化センター	柳田國男・松岡家記念館	要申込
29	水	フクちゃん読書の日			図書館	
		SDGs「エコ工作教室」	13:30	生活科学センター	生活科学センター	要申込
31	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	
8/1	土	女性がん検診	13:20	保健センター	保健センター	要予約
2	日	カヌー教室	9:00	青少年野外活動センター	社会教育課	要申込
		山桃忌奉賛第41回短歌祭表彰式	10:00	文化センター	文化センター	
		第47回山桃忌	10:30	エルデホール	社会教育課	要申込
5	水	えほんのじかん	11:00	図書館	図書館	
9	日	第51回福崎夏まつり	18:30	福崎東中学校	地域振興課	雨天順延
11	火・祝	もち麦の日			地域振興課	
		ふれあいワンデー生活塾	9:00	青少年野外活動センター	社会教育課	要申込

各 種 相 談	なやみごと相談 7/15・8/5(第1・3水曜日) * 13:00~15:00 * サルビア会館 * 予約不要	人権相談 7/15(第3水曜日) * 10:00~15:00 * サルビア会館 * 予約不要	行政相談 7/15(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 7/27(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 ~福崎西中学校「お箸チャレンジ」~

福崎西中学校では、衛生部の呼びかけで学期ごとに1回「お箸チャレンジ」を行っています。みなさんは普段、自分のお箸を使っていますか。お箸は、日本の食文化を支える大切な道具です。使い慣れたお箸で食べると、いつもの給食が少しほっとする時間になるかもしれません。また、繰り返し使えるので、



ごみを減らすことにもつながり、環境にもやさしい取り組みです。さらに、お箸を正しく使うことは、食べ方のマナーや、指先を上手に使う力にもつながります。

ぜひ、お気に入りのお箸を持ってきて、「お箸チャレンジ」に参加してみましょう！みんなで楽しく、お箸を使う習慣を広げていきましょう。

(学校教育課)



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.459

熱中症予防をして夏を元気に乗り切りましょう！

- ・暑さを感じなくても扇風機やエアコンを使用し、温度をこまめに調整しましょう。
- ・のどの乾きを感じていなくても、こまめに水分・塩分などを補給しましょう。
- ・「熱中症警戒アラート」発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう。

おばあちゃんの知恵袋 (食育サポーターの簡単レシピ)

不定期掲載！
次回もお楽しみに♡

食の歳時記掲載レシピ、旬の食材を使った簡単レシピなどを紹介します！

ピーマンのじゃこ炒め

<材料> (4人分)

- ・ピーマン：5個
- ・しょうゆ：大さじ1
- ・ちりめんじゃこ：20g
- ・酒：大さじ1
- ・ごま油：大さじ2

<作り方>

- ①ピーマンは種を取って縦にせん切りにする。
- ②ちりめんじゃこはさっと湯通しをして、塩抜きをする。
- ③フライパンにごま油を熱し、ピーマンを炒め、火が通ったらちりめんじゃこを加え、酒、しょうゆを加えて汁気がなくなるまで炒める。

「食の歳時記」掲載レシピのひとつです！興味のある方は保健センターまでお問い合わせください。



なすのレンジミルフィーユ

<材料> (4人分)

- ・豚ひき肉：400g
- ・なす：4本

- しょうゆ：大さじ1・1/3
- 酒：大さじ1・1/3
- 生姜チューブ：1cm

<タレ>

- ・ポン酢：大さじ4
- ・オイスターソース：大さじ1・1/3
- ・ごま油：小さじ2
- ・白いりごま：少々
- ・青ネギ：少々

<作り方>

- ①なすは1cm厚さの輪切りにし5分程水にさらし、ペーパーで水気を拭き取る。
- ②ポリ袋にひき肉と■を入れて袋の上から揉む。なすの枚数に合わせてひき肉を分ける。
- ③耐熱皿になすとひき肉を交互に並べる。ラップをかぶせ、600wのレンジで6分程加熱する。
- ④混ぜ合わせたタレをかける。



地域ふくろう体操 元気なうちから続ける健康づくり

令和8年7月から順次リニューアル！【新規参加者募集中】

新規参加者も募集中です。新しい運動プログラムが始まる今がチャンス!!
みんなで一緒に新しいスタートを切りませんか??

- ✓ 週1の運動習慣づくり
- ✓ いつまでも自分らしく暮らすための健康づくり
- ✓ 仲間との交流で楽しく続けられる
- ✓ 外出のきっかけになる

～家では続けにくい運動も地域のみなどと一緒なら無理なく続けられます。～



町内34地区の公民館で実施中！男性の参加者も増えています！
令和7年度参加者数

●参加者実人数：625人 ●参加者延べ人数：19,320人

「まだ元気だから大丈夫！」

そんな今だからこそ週に1回地域の仲間と一緒に体を動かしてみませんか？

保健センター7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	13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	13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	22日(水)	13時15分~13時45分	R8.4月生の乳児
4か月児健診	21日(火)	13時15分~13時45分	R8.3月生の乳児
7か月児のまんまクラブ	24日(金)	9時45分~10時	R7.12月生の乳児
10か月児のあはばクラブ	22日(水)	9時45分~10時	R7.9月生の乳児
1歳お誕生相談	13日(月)	9時30分~10時	R7.7月生の乳児
1歳6か月児健診	15日(水)	13時15分~13時45分	R6.9・10月生の幼児
5歳児健診	8日(水)	13時00分~13時45分	R3.6・7月生の幼児
こころのケア相談	8日(水)	9時30分~11時 ※原則、予約制	一般希望者

予 防 接 種	<p>*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。</p> <p>*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)</p> <p>*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。</p>
------------------	---

3歳~5歳児クラスのお子さんの保護者様

「ことばの巡回相談」ご案内

ことばの数が少ない・不明瞭、会話が上手にできない、どもる(吃音)など、ことばの発達について心配のあるお子さんの相談をお受けします。

家庭での対応方法をアドバイスしたり、地域の専門相談機関を紹介するなどします。

相談を希望する人は、7月16日(木)までに保健センターへお申し込みください。

対象 3歳から就学前までの幼児
 時間 1人につき約1時間(予約制)
 費用 無料
 指導 公益財団法人
 ひょうご子どもと家庭福祉財団
 「子ども発達支援センター」言語聴覚士
 日時 8月17日(月) 10:00~16:00
 場所 保健センター



申し込み先
 保健センター ☎22-0560 (内線363)

熱中症は誰でも危険！油断は大敵です！

熱中症予防のためのポイント

【外出の時は…】

- ・不要不急の外出を避ける
- ・つばの広い帽子、日傘を使う
- ・ネッククーラーやハンディファンを身につける

【日常生活では…】

- ・清涼素材の衣服を着用する
(サイズはやや大きめのほうが風とおしがよい)
- ・のどが渇く前に水分・塩分を補給
(塩分チャージタブレットなどうまく活用)
- ・すだれなどで日差しを和らげる
- ・エアコンと扇風機を合わせて活用

クーリングシェルター

(指定暑熱避難施設) について



4月22日~10月21日の間、熱中症警戒アラートと熱中症特別警戒アラートが運用されています。熱中症特別警戒アラートが発表された場合、暑さをしのげる場所として下表の施設が開放されます。ぜひご利用ください。

施設名	開放可能日等		受入可能人数
福崎町役場	月~金 (祝日を除く)	8:30~17:15	5
文化センター	月曜日を除く	8:30~17:00	3
エルデホール	木曜日を除く	9:00~17:00	20
図書館	月曜日と 第1木曜日を除く	10:00~18:00	20
八千種研修センター	水曜日を除く	9:00~17:30	5

◆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、香りがかい文化の町をつくりましょう。
- 一、人を大切に、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
 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



フクちゃん



サキちゃん

「赤ちゃん&MAMAのふれあい教室」

保健センターでは、生後2か月～6か月頃の赤ちゃんとお母さんを対象に「赤ちゃん&MAMAのふれあい教室」を開催しています。助産師さんのお話を聞き、赤ちゃんマッサージ、産後ヨガの体験講座です。お子さんの健やかな成長とお母さんの健康を応援しています。

実施日 毎月第2木曜日 10:00～11:30

※詳しい日程は保健センターにお問い合わせください。

場 所 保健センター



問い合わせ先 保健センター（☎22-0560）

■表紙写真の説明
 6月11日を「福崎もちむぎの日」と定め、記念日登録証が授与されました。これからは、収穫への感謝と健康長寿への願いを込めたお祝いの日として盛り上げ、毎月11日の「もち麦の日」にはもち麦の魅力を発信するとともに、健康的な食生活を推進していきます。
 （福崎町広報委員会・内線221）

町民のうごき

世帯数 8,202世帯 (前月比 -4世帯)	人口 18,318人 (前月比 -13人)
男 8,884人	女 9,434人
出生 6人	死亡 15人

令和8年5月末現在



6月6日・7日に行われた第47回せたがやふるさと区民まつりに福崎町が初めて出店しました。東京都世田谷区成城は、柳田國男先生の終の地です。ガジロウと一緒に福崎町産もち麦や福崎町のPRを行いました。
 （地域振興課）

まちのトピックス
 第47回せたがやふるさと区民まつり
 2026に福崎町が初出店！

