食育通信 ～夏野菜の栽培を通して～

福崎幼児園では、５歳児を中心に夏野菜の栽培や観察に力を入れています。今年、５歳児は園庭にある植え込みの中に生えている草や木の根、石などを取り除く土作り・畑作りから始まり、種から苗を育て、とうもろこし栽培に取り組みました。

間引きをして風通りをよくしたり、毎日水やりや、とうもろこしを食べてしまう天敵の『アワノメイガ』の幼虫を取り除いたりと、子どもたちは一生懸命とうもろこしの世話をしました。登園すると、「とうもろこしのようす見てきます！」と自分から進んで畑へ向かう子どもたちの姿が日に日に増えていきました。

その頑張りが実り、夏には立派なとうもろこしをたくさん収穫することができました。みんなで大喜びし、茹でて食べるとその甘さに「おいしい！」「もっと食べたい！」「頑張った甲斐があったな！」と大興奮でした。

野菜を育てる大変さを知るとともに、自分たちで大切に育てた野菜を収穫する喜びや、みんなで味わうおいしさを感じることができた子どもたちでした。





短歌会

台風の進路はずれと願えどもどこに向かうも住み人ありや　安田　正

アラカシの繁茂の枝に野鳩の巣　剪定するを躊躇するなり　尾上　定信

銀輪を光らせつつゆく旅客機あり群青の空に平和を祈る　宮本美智子

梅雨晴れの空にくぐもる鳩の声暑くるしかり物を干しつつ　岡田惠美子

ゴロゴロと止まぬ雷真夜中の響く楽隊厳しき残暑　くりと

モグラ通りし後をうずめて土を盛り千日紅植う梅雨の晴れ間に　小山　満

コンコースに「改憲阻止」のプラカードを掲げて並ぶは老い人ばかり　久野　盈

勤行の朝の響きは本堂に満ちきて我の腹に染み入る　梶原　明子

久々に村の会議に出かけたるも世代かわりて浦島太郎　松ノ下　久

六月十日は「時の記念日」近頃は柱時計も家より消えて　上月　昭弘

川遊びする子も見えぬ故郷の渕の青みに足浸しいる　内山　嗣隆

俳句会

敬老日　集う笑顔の　落語会　廣瀬　純水

七輪で　箸先焦がし　秋刀魚焼く　大野　宗範

読みかけの　本にひらりの　初紅葉　鬼本　修

秋彼岸　風を頬に受け　ほっとせり　佐藤　純子

参道で　出逢いし香り　藤袴　福島　紀子

秋空へ　声絞り出す　応援団　尾藤ことよ

白菜の　種蒔く時季に　雨降らず　福永美代子

初月夜　祖母の唄える　子守唄　松下きみよ

秋半ば　澄み渡る夜の　三笠山　中井　興水

夜の明けに　微かな地震　秋の末　松岡　勝美

「国の教育ローン」（日本政策金融公庫）のご案内

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。

詳しくは「国の教育ローン」でインターネット検索していただくかコールセンターへお問い合わせください。

コールセンター（ナビダイヤル）

☎０５７０－００８６５６

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）		第14回福崎町子どもふるさと展（1期）	9:00	柳田國男・松岡家記念館	柳田國男・松岡家記念館	～23日（月・祝）
		三木家住宅特別展示「開館10年 大庄屋三木家住宅」	9:00	大庄屋三木家住宅	社会教育課	～29日（日）
		秋季企画展「鼎と通泰展」	9:00	柳田國男・松岡家記念館	柳田國男・松岡家記念館	～12/6（日）
		歴史民俗資料館特別展「昭和100年記念　お店からみる福崎」	9:00	歴史民俗資料館	歴史民俗資料館	～12/20（土）
14	土	伊勢大神楽公演	13:00	柳田國男・松岡家記念館前広場	柳田國男・松岡家記念館	
		第43回老人大学祭	13:00	文化センター・エルデホール	文化センター	～15日（日）
		くらしのゼミナール「地元食材を使ったお菓子づくり教室」	13:30	生活科学センター	生活科学センター	要申込・先着20人
15	日	老人大学祭記念公演コンサート「昭和満100年　昭和の歌」	13:20	エルデホール	文化センター	
		柳田國男展講演会「『柳田國男大事典』を編集して」	13:30	歴史民俗資料館	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	
23	月・祝	第37回福崎町自然歩道を歩こう大会	8:00	田原小学校グラウンド集合	住民生活課	要申込
27	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	
		女性のための出前チャレンジ相談会	①13:30 ②14:30 ③15:30	サルビア会館　1階　会議室	社会教育課	要予約
28	土	第14回福崎町子どもふるさと展（2期）	10:00	図書館	柳田國男・松岡家記念館	～12/20（日）
		三木家入門講座⑩「保存修理から学ぶ三木家住宅の歴史」	13:30	大庄屋三木家住宅	社会教育課	
		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	
12/1	火	女性がん検診（5日）	13:20	保健センター	保健センター	要予約
2	水	フードドライブ活動	9:00	役場1階ロビー特設会場	福祉課	～3日（木）
		えほんのじかん	11:00	図書館	図書館	
		出張!女性のための働き方セミナー 「仕事で活かせる!話し方のポイント」	14:00	文化センター	社会教育課	要申込・ 先着10人
3	木	ふく咲マーケット	11:00	役場正面玄関	福祉課	
5	土	人権・青少年健全育成フェスティバル	9:30	高岡小学校	社会教育課	
		障害者週間普及・啓発事業	13:00	エルデホール	福祉課	
6	日	第4回いざ登らん春日山城!	10:00	春日山周辺	地域振興課	
		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・定員20人
11	金	もちむぎの日			地域振興課、農林振興課	

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

「ONSEN・ガストロノミーウォーキング in もちむぎと妖怪のすむ町 福崎町」開催

町制70周年を記念して、ONSEN・ガストロノミーウォーキングを開催します。福崎駅前交流広場を出発し、ガジロウ重ね捺しスタンプラリーのコースをたどります。途中に福崎町の美味しいグルメを食しながら文珠荘までを歩く約6.5ｋｍのコースとなります。

実施日時　12月12日（土）　※受付開催は9:10から、開会式は9:20から行います。
実施場所　駅前交流広場～福崎町文珠荘まで
募集人数　100人（先着順）（各20人×５枠）　①9:30～ ②9:50～ ③10:10～ ④10:30～ ⑤11:00～
参 加 費　１人　4,000円（要予約）
問い合わせ先　地域振興課（☎27-8603（直通））
申込サイト　https://onsen-gastronomy.com/eventinfo/fukusaki-20261212/

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

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みませんか

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.463

11月は「児童虐待防止推進月間」です

（令和８年度「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」最優秀作品【標語】）

189（いちはやく）　気づいたあなたに　できること

もしかして「虐待かもしれない」と思ったら

いちはやく
189
〈児童相談所虐待対応ダイヤル〉
迷わずお電話ください
（24時間対応・通話料無料）

近所の家庭のようすがおかしいなと思ったときなどは、迷わず相談・通告を。相談・通告は匿名でできます。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

27-8608
(直通)
ふくさきっこステーション
（保健センター内）

「親子のための相談LINE」（LINE公式アカウント）
（平日10:00～20:00、土曜12:00～18:00）

虐待に限らず、ＤＶ相談、子育ての不安や悩みなど全般的な相談に応じます。

何が体罰？子どもを傷つける行為とは？

体罰

- 言葉で注意したけど言うことを聞かないので頬や頭を叩いた
- 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けなした

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（面前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

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

１人で悩んでいませんか？その不安を話すだけでもいいんです。

・なぐる、ける、たたく　・大声で怒鳴る、バカにする、おどす、生活費を渡さない
・相手が望まない性的な行為をする　・嫌がっているのに下着姿や裸を撮影する　など

ＤＶなのか、性暴力なのか、分からなくても不安な気持ちを抱えたら相談窓口に話してみませんか？
話すだけって、だけ、じゃないから。すべて話さなくてもいい。決断を急がなくてもいい。
その先のことは、話してから考えても大丈夫です。

年齢・性別を問わず相談できるところがあります。

●性犯罪・性暴力　SNS ⇒ Curetime（キュアタイム）
☎ ⇒ ＃8891 性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター
☎ ⇒ ＃8103 性犯罪被害者相談電話（警察）

●配偶者・交際相手からの暴力　SNS ⇒ DV相談プラス（チャット）　☎ ⇒ ＃8008　DV相談ナビ

●町の相談窓口　☎ ⇒ 27-8608（直通）「ふくさきっこステーション（保健センター）」

保健センター11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15分～13時45分	R8.8月生の乳児
4か月児健診	17日(火)	13時15分～13時45分	R8.7月生の乳児
7か月児のまんまクラブ	27日(金)	9時45分～10時	R8.4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	R8.1月生の乳児
1歳お誕生相談	9日(月)	9時30分～10時	R7.11月生の乳児
1歳6か月児健診	18日(水)	13時15分～13時45分	R7.1・2月生の幼児
5歳児健診	11日(水)	13時～13時45分	R3.10・11月生の幼児
こころのケア相談	11日(水)	9時30分～11時 ※原則、予約制	一般希望者

中播磨健康福祉事務所からお知らせ

体調がおかしいと感じたら早めの受診を

○身近にかかりつけ医をつくりましょう

日頃から体調管理に努め、身近にかかりつけ医をつくりましょう。できるだけ診療時間内の受診を心がけましょう。

○早めにかかりつけ医を受診しましょう

日曜や祝日、年末年始は、休診する医療機関も多いため、お子さんやご家族のようすが「いつもと違うな」「体調が悪そう」と感じたら、早めにかかりつけ医や近隣の医療機関の受診を心がけましょう。

○迷ったときは電話相談窓口を活用しましょう

	子どもの“急な病気”で受診すべきか迷ったとき 兵庫県子ども医療電話相談	救急車を呼ぶかどうか迷ったとき 救急安心センターひょうご
電話	＃８０００ ダイヤル回線、IP電話の人は　078-304-8899（ははきゅうきゅう）	＃７１１９（直通☎078-331-7119） 緊急を要すると思った時は、迷わず119番を。
時間	月～土曜　18時～翌朝８時 日曜・祝日、12/29～1/3　８時～翌朝８時	24時間　365日　※全年齢対象

問い合わせ先　兵庫県中播磨健康福祉事務所企画課　☎079-281-9207 / ファックス079-224-3037

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！

からだあたたまる粕汁

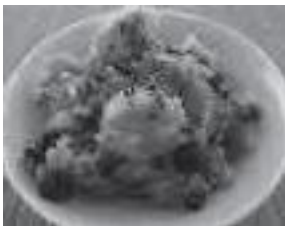
〈材料〉（約６人分）

大根：150ｇ　ちくわ：１/２本
にんじん：70ｇ　だし汁：５カップ
ごぼう：１/３本　酒かす：60ｇ
こんにゃく：１/３枚　味噌：大さじ１・１/３
油揚げ：１/２枚　しょうゆ：小さじ２
豚バラ肉：80ｇ　ねぎ・七味：適量

〈作り方〉

①豚バラ肉は２cm幅に切る。大根・にんじんは短冊に切る。ごぼうはささがきにし、水にさらす。油揚げは縦半分に切って細切りにする。ちくわは斜め薄切りにする。こんにゃくは細切りにする。
②鍋にだし汁と豚肉を入れて中火にかけ、アクをすくい、大根・にんじん・ごぼう・こんにゃくを加えて柔らかくなるまで煮る。
③だし汁を少し椀に取り、酒かすをふやかしておく。
④油揚げ、酒かすをだし汁ごと加え、弱火で20分煮込む。
⑤ちくわを入れ、味噌、しょうゆを加えて５分煮込む。

炊き栗おこわ

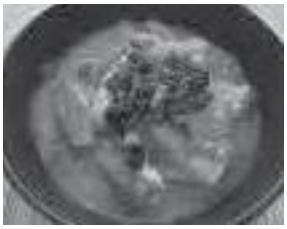


〈材料〉（３合分）

もち米：３合　栗：適量
塩：小さじ１　小豆：100ｇ

〈作り方〉

①もち米はしばらく水に浸し、吸水させる。栗は皮と渋皮を剥き、フライパンで焼き、焼き色をつける。小豆は鍋に入れ、水（600cc程）を入れ、弱火で30分茹でる。
②ボウルの上にザルをのせ、小豆とゆで汁に分ける。ゆで汁は、ボウルごと冷水にあてながら泡立て器で少し泡立たせ、色を発色させる。
③①のもち米はザルにあげて水気をきり、炊飯釜に入れる。
④②のゆで汁を３合目盛りまで入れ、塩を加えて全体を軽く混ぜたら、上に小豆、栗をのせ炊飯する。



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

◆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	☎㉒0560	第２デイサービスセンター	☎㉒6663
エルデホール	☎㉓1655	在宅介護支援センター	☎㉒7134
文化センター	☎㉒3755	障害相談支援センター	☎㉟8575
図書館	☎㉒3790	ホームヘルプステーション	☎㉒7135
生活科学センター	☎㉒4977	シルバー人材センター	☎㉗0044
体育館	☎㉒1153	もちむぎのやかた	☎㉓1500
西部子育て学習センター	☎㉒7830	スポーツ公園	☎㉓1292
福崎子育て支援センター	☎㉒2308	老人ホーム	☎㉒0412
東部子育て学習センター	☎㉒1058	青少年野外活動センター	☎㉒0609
サルビア会館	☎㉒5848	給食センター	☎㉒0710
もちの木会館	☎㉒1564	歴史民俗資料館	☎㉒5699
保健センター	☎㉒0560	柳田國男・松岡家記念館	☎㉒1000
文珠荘	☎㉒4051	駅前観光交流センター	☎㉑9060
春日ふれあい会館	☎㉒5805	辻川観光交流センター	☎㉑9053
社会福祉協議会	☎㉓0300	企業会館	☎㉒5902
第１デイサービスセンター	☎㉓0310		



フクちゃん　サキちゃん

高岡幼児園「お茶会」

高岡幼児園と八千種幼児園では、月に１回お茶のお稽古をしています。お茶会では相手を大切に思う気持ちを育みます。ボランティアの先生に指導を受け、一人で全部出来るようになったら、保護者をお招きしてお茶会参観をします。

普段の姿とはまた違い、静かな時間の中で一つひとつの動作を大切にしながらお茶を点てる姿に毎回成長を感じています。





問い合わせ先　保健センター（☎27-8608（直通））

まちのトピックス

「播州秋祭り体験」を実施しました



９月26日に辻川観光交流センターで、播州秋祭りを体験するために、ミニシデ棒体験を実施しました。あいにくの雨のため、ミニ屋台担ぎ体験は中止しましたが、参加者は一足早い秋祭りを体験しました。

（地域振興課）

■表紙写真の説明

10月21日、季節外れの暑さを感じながら、たじりファームで田原幼児園５歳児がいもほり体験をしました。いものつるをひっぱると、たくさんの大きなさつまいもが現れてびっくり！みんなでおなかいっぱい食べようね。

（福崎町広報委員会・☎22・0560（直通））

町民のうごき

世帯数	8,192世帯	人口	18,263人
（前月比	+6世帯）	（前月比	−3人）
男	8,869人	女	9,394人
出生	12人	死亡	18人

令和８年９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/

編集・発行/福崎町広報委員会　〒679−2280　兵庫県神崎郡福崎町南田原3116番地の1　TEL0790㉒0560 FAX0790㉓0687　印刷/中井綜合印刷㈱ TEL0790㉒0300