

ふくさきイベントカレンダー



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)		三木家de播磨ふるさと写真展	9:00	三木家住宅	社会教育課	~16日(日)
		福崎町こども科学展	10:00	図書館	社会教育課	~23日(日)
12/15	土	おはなし会	11:00	図書館	図書館	
19	水	食育の日			保健センター	
20	木	老人大学一般教養講座(公開講座)	13:20	文化センター	文化センター	
21	金	福咲き♥健康食堂	12:00	保健センター	保健センター	要申込
22	土	寄せ植え教室	10:00	文化センター	文化センター	要申込
		クリスマス会	10:00	図書館	図書館	
		子ども映画会	14:00			
25	火	心を開く親の会	13:30	サルビア会館	学校教育課	
29	土	フクちゃん読書の日			図書館	
31	月	年越しもちむぎ麵の日			農林振興課	
1/5	土	としょかんであそぼ会	10:00	図書館	図書館	
6	日	鈴ノ森神社合格祈願祭	11:00	鈴ノ森神社	柳田國男・松岡家記念館	要申込
9	水	えほんの時間	11:00	図書館	図書館	
11	金	もち麦の日			農林振興課	
13	日	消防団出初式	8:30	田原小学校グラウンド	住民生活課	
14	月・祝	成人式	9:45	エルデホール	社会教育課	受付9:15~

各種相談

なやみごと相談

12/19(水)・1/4(金)
* 13:00 ~ 15:00
* サルビア会館
* 予約不要

人権相談

12/19(第3水曜日)
* 10:00 ~ 15:00
* サルビア会館
* 予約不要

行政相談

12/19(第3水曜日)
* 13:00 ~ 15:00
* サルビア会館
* 予約不要

母子相談

随時相談を受付ます
要事前予約
中播磨健康福祉事務所
☎079-281-9210

もち麦でダイエット!

今年のテーマは

学んで痩せよう!



神戸医療福祉大学
豊山教授によるもち麦のお話し

食べて痩せよう!



HALYAMASHITA東京
オーナシェフ山下春幸氏による
キッチンスタジオ

動いて痩せよう!



もち麦を食べた後は
体を動かして健康づくり!

みんなが元氣になれるのを目指して!

もち麦 2/2²⁰¹⁹ 土

フォーラム Part6

12:00(開会)-14:00(予定)
会場:エルデホール

お土産付きだよ!

【応募先問合せ】
もち麦産地振興協議会(農林振興課内)
〒679-2280 神崎郡福崎町南田原3116-1
Tel:22-0560(内線314)/Fax:22-2919
Mail:nourin@town.fukusaki.lg.jp

【内 容】もち麦についての講演会・試食会・健康体操等

【場 所】エルデホール

【募集人数】100人

【日 時】2月2日(土)11:30(開場)12:00(開会)~2時間程度

【応募方法】代表者氏名、住所、電話番号参加人数(1グループ4人まで)を明記のうえ、郵送、FAX、メールにてご応募ください。

【応募締切】12月25日(火)

【参加通知】1月上旬に郵送にて通知

【参加費】1人1,000円(お土産付き)

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.368

ノロウイルスによる感染は、12～2月にピークを迎えます。
石けんを泡立てて時間をかけて手洗いし、感染予防に努めましょう。

『11月4日 ふくさき食育フェア in 秋まつり』報告

「VIVA! 福崎ごちそうサンバ」

ふるさと味自慢「ひみつのごちそう村」



福崎幼稚園・サルビアこども園のこどもたちとフクちゃんサキちゃんが、可愛いダンスを披露してくれました。
今年も、県警音楽隊の皆さんも一緒でした

福崎でとれた新鮮な野菜や特産品を使った料理、昔なつかしい料理を15団体が出展 どの店舗も大人気で完売しました。

ヘルスアップコーナー



血管年齢測定・
栄養相談・ロコモ度チェックを行いました！

食育スタンプラリー



給食クイズや豆はこび、
食育かるたなど食に関するスタンプラリーを行いました！

中播磨健康福祉事務所からお知らせ

子どもの“急な病気”で困ったときは「電話相談」をご利用ください

看護師等が医療機関への受診の必要性や応急手当の方法など、アドバイスします。
休日・夜間に医療機関を受診すべきか悩んだときは、お気軽にご相談ください。

	兵庫県子ども医療電話相談	播磨姫路小児救急医療電話相談 (姫路市救急医療電話相談(小児科))
電話	プッシュ回線の方 ☎ 8000 ダイヤル回線、IP電話の方 ☎078-304-8899	☎079-292-4874
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	月～土曜：20時～24時 日曜・祝日、12/31～1/3：9時～18時、20時～24時

「体の調子がおかしい」と感じたら早めの受診を
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様子が「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。

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 / FAX 079-224-3037

保健センター12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	10日(月)	9時30分~11時	一般希望者
母子健康手帳交付	月~金	8時30分~17時15分	妊 婦
すくすく相談	10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	26日(水)	13時15分~13時45分	H30.9月生の乳児
4か月児健診	18日(火)	13時15分~13時45分	H30.8月生の乳児
7か月児のまんまクラブ	12日(水)	9時45分~10時	H30.5月生の乳児
10か月児のあばばクラブ	26日(水)	9時45分~10時	H30.2月生の乳児
1歳お誕生相談	10日(月)	9時30分~10時	H29.12月生の乳児
3歳児健診	19日(水)	13時15分~13時45分	H27.8・9月生の幼児

インフルエンザ予防接種の接種(助成)期間は1月31日まで

子どもインフルエンザ
 対象：1歳~中学3年生 助成回数：1回
 助成金額：2,000円(生活保護世帯のお子さんは全額助成)
 助成を希望される方は保健センターで予診票の交付を受けてください。
高齢者インフルエンザ
 対象：65歳以上の方、または60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器に障害がある方
 個人負担金：1,500円(非課税世帯の方は免除)
 10月中旬に送付した予診票を持参して接種を受けてください。
 接種できる医療機関は保健センターにお問い合わせください。

「福味き健康食堂」12月(減塩レシピ)

【開店日】12月21日(金)
12時から

【定員】先着30人
(新規5人含む)

【場所】保健センター2階
健康教育室

【料金】500円



おしながき

- ・もち麦ごはん ・白菜のゆずみそあえ
- ・きのこソースハンバーグ
- ・豆腐のみぞれ汁 ・筑前煮 ・いちごムース

保健センターで予約受付中です
キッズスペースもあります!!



12月1日は世界エイズデー

エイズ患者、HIV感染者は増加傾向にあります

HIV検査は中播磨健康福祉事務所(福崎保健所)で匿名、無料で受けることができます。

毎月第1・3水曜日 9:30~11:30

予約が必要です。☎22-1234

第29回

町のせんせい「健康ひとこと」コラム インフルエンザワクチンについて



吉田クリニック 吉田浩先生

インフルエンザウイルスの大きさは数十から数百ナノメートルで、細菌の100〜1000分の1程度です。
 インフルエンザA型は人間以外に鳥や豚にも感染します。インフルエンザB型は主に人間に感染します。一度免疫がつけばA型よりも長い期間感染しにくくなります。インフルエンザC型は4歳以下の感染で症状は軽微です。
 感染経路は、飛沫感染、空気感染、接触感染でマスクの着用が大事です。2018〜2019年はシンガポールA型/H1N1と香港A型H3N2のA型2種類と、プーケットB型とテキサスB型の計4種類の流行が予想されています。
 ワクチン接種後2週間ぐらいでインフルエンザウイルスへの抵抗力が付き、約1か月で頂点に達します。その後、4か月程度持続するといわれ、その後1年間で接種時の30%程度に低下するといわれています。インフル

エンザの流行は12月下旬から3月上旬が中心になるので、なるべく12月中旬に初回のワクチン接種をされた方が効果的です。
 インフルエンザの予防接種は現実的な予防策としては唯一のもので、予防接種をしていてもかかる可能性はありますが、重症化や合併症を防止するという目的で予防接種の効果は十分にありまます。
 接種回数は1回接種と2回接種があります。2回接種の場合では通常2〜4週間あけて接種すると、ブースター効果により効果は高まります。12歳以下の小児は免疫力がつきにくいいため通常2回接種します。13歳以上65歳までの方で初めての方は免疫をつきやすくする為に、通常2回接種しますが、毎年受けられている方や、65歳以上の方は通常1回接種で充分抵抗力がつくとされています。
 インフルエンザにかかると、学校、職場に蔓延し授業や仕事の遅れを生じます。本人も1週間の発熱、関節痛、食思不振等つらい症状がみられます。
 以上のことからインフルエンザワクチン接種の重要性を理解していただけたら幸いです。

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	社会福祉協議会	☎③0300
工ルデホー	☎③1655	第1デイサービスセンター	☎③0310
文化センター	☎②3755	第2デイサービスセンター	☎②6663
図書館	☎②3790	在宅介護支援センター	☎②7134
生活科学センター	☎②4977	障害相談支援センター	☎⑤8575
体育館	☎②1153	ホームヘルプステーション	☎②7135
西部子育て学習センター	☎②7830	シルバー人材センター	☎⑦0044
福崎子育て支援センター	☎②2308	もちむぎのやかた	☎③1500
東部子育て学習センター	☎②1058	スポーツ公園	☎③1292
サルビア会館	☎②5848	老人ホーム	☎②0412
もちの木会館	☎②1564	青少年野外活動センター	☎②6069
保健センター	☎②0560	給食センター	☎②0710
文珠荘	☎②4051	歴史民俗資料館	☎②5699
春日ふれあい会館	☎②5805	柳田國男・松岡家記念館	☎②1000



まちのトピックス

福崎町の町花・町木

福崎町の町花・町木をご存じですか？

町花は「サルビア」、町木は「クログガネモチ」です。この町花と町木は、昭和47年7月に町民のみなさんに公募し、同年12月14日に選定委員により選ばれました。



町花・サルビア スプレンドス
サルビアは「安全」スプレンドスは「強く輝く」を意味し、育てやすく花の寿命も長いこの花は、町の「躍進」を象徴する花として選ばれました。



町木・クログガネモチ
常緑の高木で、10月から12月にかけて赤い実を付けます。福崎町には大木が多く、昔から「おかねモチ」「子もち」「家もち」など縁起の良い木とされてきました。抜群の生命力からも「力強い発展」を象徴する木として選ばれました。

選定後、クログガネモチは各施設や学校、道路などに植樹され、町のあちこちで見ることが出来ます。町内最大のクログガネモチは余田の嶺雲寺にあり、町指定天然記念物・町指定保存樹となっています。

表紙写真の説明

11月23日(金・祝)、第29回自然歩道を歩こう大会を開催しました。

1300人を超える参加者が、木々が色づき始めた自然歩道を歩き、深まりゆく秋の一日を楽しみました。参加者にふるまったもち麦茶やもちむぎ麵も大変好評でした。

(福崎町広報委員会・内線221)

町民のうごき

世帯数 7735世帯	人口 19373人
(前月比 -2世帯)	(前月比 -1人)
男 9264人	女 10109人
出生 9人	死亡 15人
平成30年10月末現在	