

お知らせ

information



文珠荘からのお知らせ

定休日 毎水曜日

臨時休館日

6月18日(火)

7月16日(火)

8月13日(火)・15日(木)

★予約の受付は、利用日の属する月の2か月前の初日からです。(9月中の利用は7月1日から受け付けます。)

★風呂のみの利用は、午前10時から午後8時までです。タオルは各自ご持参ください。

★文珠荘へは、巡回バスの利用をお勧めします。

文珠荘 ☎22・4051

(健康福祉課)

「心を開く親の会」のご案内

福崎町では、町内の児童生徒の家族を対象に、教育相談の場として「心を開く親の会」を開催しています。登校や学校生活での諸問題につい

て、カウンセラーの先生にお気軽にご相談ください。

開催日 原則毎月第4月曜日

※休日等の関係により変更になる場合があります。

会場 サルビア会館

問い合わせ先

学校教育課(内線251)

兵庫県立障害者高等技術専門学院オープンキャンパス

兵庫県立障害者高等技術専門学院は、障がいのある人の公共職業訓練施設で、見学、概要説明及び体験実習を実施します。

開催日

■知的障がい者対象

7月20日(土)

■身体障がい者対象

7月27日(土)

申込方法 申込用紙(HPからダウンロード可)を郵送またはFAXしてください。

申込期間

■知的障がい者対象

7月17日(水)まで

■身体障がい者対象

7月24日(水)まで

申し込み・問い合わせ先

兵庫県立障害者高等技術専門学院

☎078・927・3230

FAX078・928・55

12

ひめじ若者サポートステーション出張相談開催

神崎郡内在住で、働く自信がない、ニート、ひきこもりなど、さまざまな悩みを抱えている15歳から概ね39歳までの若者やその保護者を対象に出張相談会を開催します。お気軽にご参加ください。

開催日 6月28日(金)

時間 ※予約制・各一人ずつ

13時30分～、14時30分～、

15時30分

会場 神河町中央公民館

(神河町役場隣)

相談員 若者サポートステーションキャリアコンサルタント

ト

申込締切 6月26日(水)

主催・共催 ひめじ若者サポートステーション・神河町・

市川町・福崎町

申し込み・問い合わせ先

神河町役場 住民生活課

☎34・0962

ハローワーク姫路

「正社員・就職面接会 in HIMEJI2019」を開催

西播磨地域の公共職業安定所では、求職者の希望が多い事務、製造の職種を中心に就職面接会を開催します。

日時 7月5日(金)13時30分～(受付12時45分～14時45分)

会場 姫路キャッスルグランヴィリオホテル「鳳凰の間」対象者 正社員就職を希望する求職者(来春卒業予定の学生等は除く)

その他 予約は不要です。履歴書をご持参ください。

問い合わせ先 ハローワーク

姫路 企画・情報部門

☎079・222・4785

福崎町「なっ得商品券」

7月17日(水)販売開始!

毎年好評の福崎町「なっ得商品券」を、今年は総額5千5百円分発行し、7月17日(水)から販売します。

福崎町「なっ得商品券」は、1万円で1万1千円分の買い物ができる10%お得な商品券です。使用期限は令和2年1月16日(木)まで、購入限度額はひとり2万円(2冊)までです。お中元・お歳暮、年末年始などの買い物にご利用いただき、地元の活性化にご協力ください。

なお、商品券は無くなり次第販売終了となります。

問い合わせ先 福崎町商工会

☎22・0558

「人間サイズのまちづくり賞」受賞候補の募集

兵庫県では「人間サイズの

まちづくり賞」を創設し、毎年、優れたまちなみや建築物まちづくり活動を進めている団体や個人を表彰しています。自薦・他薦を問いませんので、幅広く推薦してください。

賞の部門

■まちなみ建築部門

■まちづくり活動部門

■花緑部門

推薦方法 所定の推薦用紙に必要事項を記入のうえ、郵送

持参又は電子メールで提出。

※推薦用紙は兵庫県HPからダウンロードできます。

受付期間 6月21日(金)まで

※当日消印有効

受付・問い合わせ先

県土整備部まちづくり局

都市政策課都市政策班

〒650・8567 神戸市

中央区下山手通5丁目10・1

☎078・341・7711

(内線4668)

メールアドレス

kendo_toshi@pref.hyogo.lg.jp

G20大阪サミット開催に伴う交通規制

6月28日(金)・29日(土)の2日間、インテックス大阪(大阪市住之江区)でG20サミットが開催されます。それに伴い6月27日(木)から30日(日)まで、高速道路や大阪市内を中心に大規模な交通

スポーツ

カヌー教室参加者募集！

大自然の中でカヌーに乗って遊びませんか。初めての人には乗り方から指導しますので、誰でも簡単に乗れるようになります。

日時 6月30日(日)
9時～12時

場所 青少年野外活動センター
対象 小学4年生～一般
募集人数 各13人(先着順)
※定員になり次第締切
申込 6月19日(水)から
参加費 小人500円
大人1000円

問い合わせ先 第1体育館
☎22・1153(月曜日休館)

規制が実施されます。期間中は大阪市方向へのマイカー利用の自粛や業務用車両の運行調整にご理解とご協力をお願いします。

最新の規制情報は大阪府警のホームページで随時公開されます。

問い合わせ先 G20大阪サミット関西推進協力協議会
☎06・6210・9401

町民親善グラウンドゴルフ大会開催！

5月11日、さるびあドームで「町民親善グラウンドゴルフ大会」を開催しました。結果は次のとおり。(敬称略)

- 【団体の部】
- 優勝 山崎グラウンドゴルフ同好会A
- 準優勝 新町グラウンドゴルフ同好会A
- 三位 桜GGクラブ



山崎グラウンドゴルフ同好会Aのみなさん

- 【個人男子の部】
- 優勝 埴岡隆嗣(西大貴老人クラブ)
- 【個人女子の部】
- 優勝 藤後敏子(神谷グラウンドゴルフ同好会)



スポーツクラブ連合からのお知らせ

5月3日～4日広島県福山市箕沖球場で、「第14回福山市ロース旗少年ソフトボール選手権西日本大会」が開催されました。西日本各地から44チームが参加するなか、神飾ドリリームが準優勝の成績を収めました。



おめでとうございます。

スポーツ推進委員会からのお知らせ！

「健康セミナー」開催
健康や身体づくりを中心としたセミナーを開講します。第1回目は「いつまでも自分の足で！」をテーマに「体力測定と簡単筋トレ」を行います。

「ふれあいワンデー生活塾」「アウトドア生活塾」

参加者募集！

今年で22回目を迎える生活塾シリーズの参加者を募集します。夏休みの思い出に、楽しく貴重な体験をしませんか？

	ふれあいワンデー生活塾	アウトドア生活塾
月 日	7月21日(日)	7月27日(土)～28日(日)
場 所	福崎町青少年野外活動センター	
対 象	町内の小学1～3年生	町内の小学4～6年生
定 員	50人	40人
参加料	1人1,000円(行事保険料を含む)	1人2,000円(行事保険料を含む)
申込期間	6月19日(水)から先着順	6月26日(水)から先着順
	定員になり次第締め切ります	
受付時間	8:30～22:00(日曜日は17:00まで、月曜日は休館)	
申込方法	第1体育館にて、所定の申込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えてお申し込みください。(電話での予約申込はできません)	
その他	・参加申込は1人につき2人分まで受付できます。	

す。今の自分の身体を知り体力作りを行いましょ。日時 7月6日(土) 10時～11時30分
場所 第1体育館球技室
定員 25人
募集期間 6月19日(水)～その他 ①運動のできる服装でお越しください。②上靴、



タオル、飲物をお持ちください。申し込み・問い合わせ先 第1体育館☎22・1153(電話申込可・月曜日休館)

災害のない豊かな農村をめざして

6月は豊かなむらを災害から守る月間

兵庫県では、毎年6月を「豊かなむらを災害から守る月間」と定め、県・市町・関係機関が協力してため池、地すべり防止区域等の点検や防災パトロールを行っています。



近年は町内でも大雨の影響でため池堤体や農地法面が崩れる等の被害が発生しています。ため池は農業用水を貯えるだけでなく、洪水防止や生態系の保全等、様々な役割を担っています。農家や管理者だけでなく、地域で協力してため池や水路等の管理・点検を行い、災害を未然に防ぎましょう。

主催：兵庫県・福崎町

協賛：兵庫県土地改良事業団体連合会
兵庫県ため池保全協議会
(社)兵庫県治山林道協会

出水期は次のことに注意しましょう

- ・大雨が予想される時は、ため池の水位を下げおきましょう。
- ・洪水吐に土のうを置く等、無理な貯水は絶対にしないようにしましょう。

土砂災害に注意しましょう

◆予兆を感じたら早めに避難しましょう。

- ・斜面の途中から水が急に湧き出した！
- ・斜面からパラパラと小石等が落ちてくる！
- ・石垣や擁壁にズレや亀裂が生じた！

短歌会

いくばくの余命と言わん視野せまく生き来て今年はなの櫻に逢いたり
北 浄代

砂利の上に椿の花弁かき散らし春の風はひねもす止まず
岡田恵美子

草刈機の音の響ける池土手に昼餉を知らず大きなジエスチャー
安田 正

私のスニーカーの中迄濡らし 雨水の日の雨ひと目を止ま
山口 旭

恋狐啼きつつ走りしあとを追ふ子狐の声の哀しき夕ぐれ
大野八重子

里山に続く我が庭友招くつつじ石楠花みな誇らしげ
尾上 定信

犬を連れ散歩する人に今日も会い茜の雲を共に仰ぎぬ
松岡 澄子

青春の匂い沁みいる文庫本捨てられずあり書架に溢るも
内山 嗣隆

短歌会では新会員を募集しています。

ご希望の方はお電話ください。

福崎町文化協会事務局

☎22・3755 (文化センター内)

俳句会

一箸に匂の苦味や 土筆和え
廣瀬 純水

遙か来て 吉備の山路に 初音き
石川 晃美

病棟の 早き消灯 遠蛙
長尾美恵子

新元号 発表の日や 初燕
柴田喜美子

宵 飲みたりし 嬰兒あなごの笑顔や 春の
千家 栄子

杉山に 目立つ大樹の 山桜
橋本 栄

川端柳 並木芽吹く 温泉町
浦上 千秋

鐘つけば 万葉の櫻 散りにけり
佐藤 純子

一雨ごと 青む柳の 並木路
松本喜代子

小雨降る 色ほのとあり 青柳
藤岡 照代

裏庭に 今が盛りの 雪柳
城谷 秋美

紅の ワイン味わう 春の宵
水田 京子

夜半の空 暈の輪淡き 春の月
岸上加津美

春の月 波間にゆらら 瀬戸の海
大野 綜風

京女の はんなり言葉 春日傘
松岡 勝美



ふくさきイベントカレンダー 6月15日~7月12日



日	曜日	事業・イベント名	時間	場 所	問い合わせ先	備 考
15	土	おはなし会	11:00	図書館	図書館	
16	日	町ぐるみ健診(16・17・18・29・30日)	8:30	保健センター ほか	保健センター	要予約
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	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	
22	土	子ども映画会	14:00	図書館	図書館	
24	月	心を開く親の会	13:30	サルビア会館	学校教育課	
27	木	福咲き♥健康食堂	12:00	保健センター	保健センター	要申込
29	土	歴民連続講座①	13:30	歴史民俗資料館	歴史民俗資料館	
		フクちゃん読書の日			図書館	
30	日	カヌー教室	9:00	青少年野外活動センター	第1体育館	要申込
7/1	月	町ぐるみ健診(1・9・10日)	8:30	保健センター ほか	保健センター	要予約
3	水	えほんのじかん	11:00	図書館	図書館	
7	日	たなばた会	10:00	図書館	図書館	
11	木	もち麦の日			農林振興課	



なやみごと相談

6/19・7/3(第1・3水曜日)
* 13:00~15:00
* サルビア会館
* 予約不要

人権相談

6/19(第3水曜日)
* 10:00~15:00
* サルビア会館
* 予約不要

行政相談

6/19(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

もちむぎクッキングレシピ⑧5

りんご酢とたっぷりフルーツのマリネ

《作り方》

- ①パイナップルは皮をむき、ひと口大に切る。キウイも皮をむき1cmほどの角切りにする。
- ②ボウルに材料をすべて入れ、りんご酢とはちみつで和えて器に盛る。あればミントの葉を飾る。

さっと和えるだけでできるサラダ風ボウル。
フルーツはイチゴやブルーベリー、りんごなどでも。



1人分 256kcal
食物繊維 9.3g

《材料》(1人分)

- ・ゆでもち麦...60g
- ・パイナップル...50g
- ・キウイ...1/2個
- ・カッテージチーズ...40g
- ・りんご酢...小2
- ・はちみつ...小1
- ・あればミントの葉...適量



神戸医療福祉大学
北出先生の一言メモ

6月は梅雨の曇天が続き、気分が晴れないことも多い月です。こんな時は、もち麦に、カリウムが豊富な果物と、カルシウムが豊富なチーズとりんご酢を和えるだけの献立が、さっぱりとして火を使わないのでおすすめです。体のだるさ対策にもなります。

出典：都築仁子他監修「簡単おいしい!もち麦ダイエットレシピ」, 宝島社, 2016

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.374

6月は食育推進月間です

あさごはん しっかりたべて 学校へ

平成30年度「みんなの食育川柳」大人の部 最優秀作品

福崎町では、がんの早期発見・早期治療のため、各種がん検診を行っています。検診受診率はまだ低い状況です。

多くの方に受診していただけるように「子宮頸がん検診無料クーポン券」「乳がん検診無料クーポン券」「節目検診無料クーポン券」を発行しています。

お手元に届いた方は、この機会にぜひ受診してください！！



受けよう
検診!!

女性がん検診 無料クーポン券対象者

※年齢は年度末(R2年4月1日)現在

年齢	生年月日	無料となる検診
21歳	H10.4.2~H11.4.1生	子宮頸がん検診
26歳	H5.4.2~H6.4.1生	
31歳	S63.4.2~H1.4.1生	
36歳	S58.4.2~S59.4.1生	
41歳	S53.4.2~S54.4.1生	子宮頸がん検診・乳がん検診

女性がん検診のクーポン券は、集団検診と指定医療機関での個別検診のどちらでも使用できます。

節目検診 無料クーポン券対象者

※年齢は年度末(R2年4月1日)現在

年齢	生年月日	無料となる健(検)診								
40歳	S54.4.2~S55.4.1生	歯科検診								
41歳	S53.4.2~S54.4.1生	<table border="1"> <tr> <td rowspan="2">胃がん検診</td> <td rowspan="2">歯科検診</td> <td rowspan="2">大腸がん検診</td> <td rowspan="2">乳がん検診(女)</td> <td rowspan="2">子宮頸がん検診(女)</td> <td rowspan="2">肝炎ウイルス検診</td> <td rowspan="2">※国保の方のみ特定健診</td> </tr> <tr> <td>前立腺がん検診(男)</td> </tr> </table>	胃がん検診	歯科検診	大腸がん検診	乳がん検診(女)	子宮頸がん検診(女)	肝炎ウイルス検診	※国保の方のみ特定健診	前立腺がん検診(男)
胃がん検診	歯科検診									大腸がん検診
			前立腺がん検診(男)							
46歳	S48.4.2~S49.4.1生									
51歳	S43.4.2~S44.4.1生									
56歳	S38.4.2~S39.4.1生									
61歳	S33.4.2~S34.4.1生									

節目検診のクーポン券が使用できるのは、福崎町が実施する集団検診のみです。なお、乳がん検診に限り、指定医療機関での個別検診にも使用できます。受診の際には、個別検診用クーポン券が必要です。ご希望の方は保健センターへご連絡ください。

注意!!

平成30年度福崎町健康づくりポイントについて

貯まったポイントを、健(検)診費用に使用する場合は、保健センターで事前の手続きが必要です。事前手続きができていないものは使用できませんので、健診受診日の前日までに必ず手続きをしてください。

中播磨健康福祉事務所からお知らせ

令和元年度「特定医療費(指定難病)受給者証」更新手続きのお知らせ

特定医療費(指定難病)受給者証の更新交付を希望する人は申請手続きが必要です。

1. 対象者

特定医療費(指定難病)受給者証の有効期限が令和元年10月31日までの人

2. マイナンバーの情報連携について

申請時に必要な人全員のマイナンバー等を提出することで、申請に必要な添付書類の一部を省略することができます。

※書類を省略できない場合もありますので詳しくはお問い合わせください。

3. 更新申請受付期間

6月10日(月)~8月16日(金)

※8月16日を過ぎても10月31日(木)までは受付できますが、新しい受給者証の発送は11月1日以降となりますのでご注意ください。

※更新手続きの案内を、更新受付開始日までに、各受給者宛に送付します。更新受付開始日までに案内が届かない場合はご連絡ください。

申請受付・問い合わせ先 中播磨健康福祉事務所(福崎保健所) 地域保健課 ☎22-1234

保健センター6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～土	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	H31.3月生の乳児
4か月児健診	18日(火)	13時15分～13時45分	H31.2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	H30.11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	H30.8月生の乳児
1歳お誕生相談	10日(月)	9時30分～10時	H30.6月生の乳児
3歳児健診	19日(水)	13時15分～13時45分	H28.2・3月生の幼児

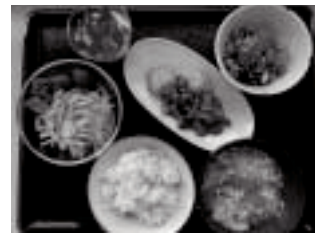
「福味き健康食堂」6月(減塩レシピ)

【開店日】6月27日(木)
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
- ・白身魚の甘酢あんかけ
- ・なすと野菜のピリ辛炒め
- ・彩りサラダ
- ・絹さやと卵のすまし汁
- ・ヨーグルトムース

★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!!



献血にご協力ください!!

～ さあ行こう 未来をつなぐ 献血へ～

日時 6月18日(火)
午後2時～4時
会場 福崎町役場

400mL献血にご協力ください

200mL献血は当日の必要数が確保できた時点で
受付を終了し、その後は400mL献血のみ受付します。

★☆献血にご協力いただいた方に「福崎町健康づくりポイント」が付加されます☆★
詳しくは、保健センターにお尋ねください。



第32回

町のせんせい「健康ひとこと」コラム 「認知症について」

山田医院 山田隆平先生



65歳以上の約5人に1人に認知症があると言われています。認知症は「物忘れ」が中心的な症状となりますが、日頃よく経験する「あれ何だったか」というのは正常な老化でよくみられる症状であり、専門的に「健忘」と言い、認知症との見極めが大切です。例えば、「昨日何を食べたか思い出せない」というのは「健忘」でみられる症状ですが、「食べたこと自体を忘れている」場合は認知症が疑われます。

認知症で最も多いのがアルツハイマー型認知症であり、認知症全体の約60%と言われています。次に脳血管性認知症、レビー小体型認知症などが続きます。脳血管性認知症は脳梗塞や脳出血など脳動脈硬化が背景にあり、その危険因子は高血圧症、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病と考えられ、それらの治療が重要です。

「認知症になりたくない」と願うのですが、確実に認知症にならない方法はないのが現状です。ただ、発症した後でも進行を遅らせることは可能です。バランスの良い食事を取り、日常生活に適度な運動を取り入れることが大切です。

また、若い頃から社会活動を行なっておられる方は、認知症になってもそのことに気づかれにくいという話があります。助けてくれる人が身近に存在し、できないところを誰かが補い、また逆に自分ができることで誰かを助け、自然とお互いを助け合うことができることから、生活に困ることがなく過ごすことができます。

私は認知症の方を数多く診てきましたが、決して辛いだけの病気ではないと感じています。本人だけでなく、家族も時間をかけて向き合うことができる病気であり、様々な症状が出たとしても、本来のその人らしさは残っているからです。失われていく能力だけに目を向けるのではなく、ぜひ、その人の過去も今も含めて受け止められるようなサポートを心がけたいと思っています。

◆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、香りがよ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 ☎②70044
 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



まちのトピックス

もっと知ってほしいもち麦のこと

もち麦畑のようすは日々変化しています。

収穫前にも生産者がそろってもち麦畑を巡回し、収穫日を検討しました。

今年のもち麦は5月下旬から6月上旬に収穫し、乾燥調整作業に入りました。



5月10日



5月27日

暖冬で降水量も少なめであったため、茎数は多く、草丈も長くなっています。

■表紙写真の説明

5月12日、福崎東中学校で第49回福崎町消防操法大会を開催しました。

4月はじめから夜間訓練を重ねてきた選手たちは、田尻分団指揮者・川端勇作選手 の力強い選手宣誓の後、消防操法を行い、日頃の練習の成果を十分に発揮しました。

(福崎町広報委員会・内線221)

町民のうごき

世帯数 7,775世帯	人口 19,252人
(前月比 +24世帯)	(前月比 -9人)
男 9,190人	女 10,062人
出生 10人	死亡 18人
平成31年4月末現在	