

楽しく活動したよ！

ボランティアグループ『めだかの学校』の主管で、青少年野外センターで野外活動(生活塾・教室)を開催し、多くの子どもたちが参加しました。



アウトドア生活塾

8月4日～5日と18日～19日の2回、小学4年～6年生を対象に1泊2日の野外活動を行いました。総勢75人が、山登りやカヌー体験、工作、カレー作りと2日間を有意義に過ごしました。またキャンプファイヤーはおおに盛り上がりしました。



ふれあいワンデー生活塾

7月22日、小学1～3年生80人とおじいさん、おばあさんが参加し、あまごつかみや工作、野外料理など、楽しい1日を過ごしました。



カヌー教室

6月24日、7月29日、8月19日にカヌー教室を開催しました。

湖面の涼しさを満喫し、暑い夏を吹きとばしました。

短歌会

夕べには雨になるという予報乾いた農道を編
蛇よぎる 山口 旭

野草の立枯れ巨木にたましいを噴き込む衆と
し葛蔓勢う 北 淨代

山桃や野いちご食みつつねじ花の咲く草みち
を遠まわりする 向井記美子

「笑」の字を見よと給いし一枚の色紙に向き
ぬ朝なあさなを 松岡 澄子

濃みどりのかばちや胡瓜の葉かげより大きい
黄色小さい黄色 大畑 輝代

鞍はずし草食む轡馬おきざりに武装解除忘れ
得ぬ八月 山下 清市

庭先のあけびは日日に太りをり多くは要らぬ
と鼓笛をまびく 永井 健

朝ぼらけみどり濃き杜里山ゆ郭公のこえこだ
まとなりぬ 井奥 輝明

半夏生思いのままに壺に挿し雨降る部屋静
もりにいる 多田千枝子

越冬したるカーネーション石の根に芽を伸
ばし来ぬ昼の明るさ 大野八重子

節くれし手に匂いたつ雄蕊ひとつまだ覚めや
らぬ峽の畑に 内山 嗣隆



俳句会

朝焼けに白鷺城の影絵かな
廣瀬 純水

朝焼けの海は静かに雲母波
石川 晃美

朝焼け空明け六つ鐘の響く里
松岡ちよの

早立ちの巡礼背中に朝日焼け
橋本 栄

八重一重素朴に咲けり百日草
村上 繭女

長病の姉の笑顔や百日草
志水はる子

百日草彩を揺らせる風ありぬ
柴田喜美子

山門に怒りの仁王蟬しぐれ
大畑せつ子

木々多き寺町筋に蟬しぐれ
松本喜代子

ほととぎす鳴きつぐ家郷峽十
戸 田原よし子

茄子焼いて気楽な家族夕支度
長尾美恵子

風鈴の音色選びし旅みやげ
千家 栄子

夏深し白じら乾く石仏
岸上加津美

朝焼け空枝ぶり映ゆる老の松
西村 瞳

後継ぐ子なくも咲かせる百日
草 藤岡 照代

下戸どうし梅酒で乾杯宴始め
城谷 秋美

百日草咲く庭広き百姓家
松岡 勝美



保健センターだより

風しんが集団発生しています！特に妊娠の可能性のある方は要注意
～任意の予防接種を受けておくとう安心です～

No.293

今年まだ健診を受けられていない方へ

町ぐるみ健診の お知らせ

みなさんに元気でいきいきとした毎日を送って
いただきたい…

町ぐるみ健診は、異常を早期に発見し早期治療に
結びつけるため、また、これからの健康づくりの指
標としていただくために行っています。対象の方で、
まだ健診がお済みでない方は、受診してください。

※年齢は平成25年4月1日時点

健(検)診名	実 施 日	場 所	対 象 者
特定基本健康診査	11月25日(日) 26日(月)	保健センター	・39歳以下・75歳以上の方 ・40～74歳の国民健康保険加入者 上記以外の医療保険加入者で福岡町で受診可能な受診券のある方
肺 検 診			18歳以上の方（高校生を除く）
胃 検 診			50歳以上の偶数年齢の男性
大 腸 検 診			40歳の方と過去にウイルス検診を受けていない方
前立腺検診			40・45歳の女性 50・55・60・65・70歳の男女
肝炎ウイルス検診	11月25日(日)	松岡産婦人科クリニック	18歳以上の方（高校生を除く）
骨粗しょう症検診			40歳以上の偶数年齢の女性
歯 科 検 診			20歳以上の偶数年齢の女性
乳 房 検 診	12月16日(日) 1月18日(金)・28日(月) 2月4日(月)	松岡産婦人科クリニック	20歳以上の偶数年齢の女性
子宮頸部検診	1月18日(金)・28日(月) 2月4日(月)		

がん検診推進事業等対象者（大腸がん・乳がん・子宮頸がん検診クーポン券、
肝炎ウイルス検診無料券をお持ちの方）は、この機会に受診してください。

※詳しくは、9月中旬に各戸配布する
チラシをご覧ください。

あなたの筋肉量や脂肪量のバランスは… 体内成分バランスをチェック



人間の身体は水・タンパク質・脂肪・骨から構成されていますが、
これらのバランスが崩れると、肥満・浮腫などからさまざまな慢
性疾患へ移行することがあります。

接触電極を両手に握り、両足で足用電極の上に立つだけの簡
単な検査です。この機会に測定を受け、これからの健康づくり
や介護予防に役立てましょう。

日 時 9月27日(木) 9:30～15:00

場 所 保健センター

対 象 者 20歳以上の方ならどなたでも

分析項目 ・フィットネススコア ・筋肉タイプ
・ウエストヒップ比 ・体脂肪量 ・体水分量 など

費 用 無料

申 込 9月21日(金)までに保健センターへ連絡してください(電話可)
(受入人数に限りがありますので、お早めに連絡ください)

保健センター9月定例行事予定

内 容	月日(曜)	対 象	場 所	受付時間
一般健康相談	9/10(月)	一般希望者	保健センター	9時30分～11時
母子健康手帳交付	月～金	妊 婦		8時30分～17時
すくすく相談	9/10(月)	乳児希望者		10時30分～11時30分
		幼児希望者		13時30分～15時
1歳お誕生相談	9/10(月)	H23.9月生まれ児		9時30分～10時
3か月児健診	9/26(水)	H24.6月生まれ児		13時15分～13時45分
4か月児健診	9/18(火)	H24.5月生まれ児		13時15分～13時45分
10か月児のあばばクラブ	9/26(水)	H23.11月生まれ児		9時45分～10時
1歳6か月児健診	9/19(水)	H23.1・2月生まれ児		13時30分～14時

予 防 接 種

＊三種混合(DPT・DT)、日本脳炎、ポリオは、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) 3期(中学1年生に相当する年齢) 4期(高校3年生に相当する年齢)
 ＊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。

●「気功教室」後期参加者募集●

現在、3つの会場(保健センター・エルデホール・八千種研修センター)で行っている教室の後期参加者を、各会場若干名ずつ募集します。ご希望の方は、9月21日(金)までに保健センターへ連絡ください。

わたしからはじまる… 思いやりの「輪」

献血日程 10月5日(金)

時 間	場 所
10:00～11:30	ウシオ精工(株)第2工場
13:00～15:30	福崎町役場

献血に
ご協力
ください。



献血キャラクター
「おんぱちゃん」

地域包括支援センターからのお知らせ

介護予防教室参加者募集

申込先 ☎22-0560 (内線357～359)

高齢者運動教室「貯筋クラブ」

年をとっても積極的に運動を続けることで心身の衰えを予防することができます。この教室で、筋力アップ、元気度アップを!

日 時 10月3日～12月19日の毎週水曜日(計12回)

場 所 第1体育館

指導者 町体育指導専門員

対象者 65歳以上で筋力トレーニングに興味のある方
(健康状態により参加をご遠慮いただく場合があります。)

定 員 25人(先着順)

参加費 1,000円

内 容 ストレッチ体操・マシントレーニングなど

申込締切 9月27日(木)

認知証予防教室「はつらつ大学脳楽部」

- ◆若々しく元気で過ごしたいとお考えのシニアの教室です。
- ◆脳のトレーニング教材を使って学習します。
- ◆週1回、サポーターとの会話を楽しみながら学習します。
- ◆教室のない日は10分程度の自宅学習を行います。
- ◆「人前で発表」したり「むずかしい問題」を解くのではなく、ラクラクできる学習なので負担になりません。

対象者 町内の65歳以上の方で学習教室(週1回)の参加と自宅学習(毎日10分程度)が可能な方

定 員 20人

学習期間 平成24年10月～平成25年3月(6か月)

※説明会を9月26日(水)に予定しています。

学習曜日 毎週水曜日

9:30～11:30(学習時間は約30分)

会 場 文化センター

費 用 月額1,050円(教材費込)

申込方法 電話またはFAX(住所・氏名・年齢・電話番号を明記)

申込締切 9月24日(月)

特定の血液製剤により
C型肝炎ウイルスに感染された方へ
給付金のお知らせ

請求手続きは
平成25年1月15日まで

- 出産や手術における大量出血等の際に、特定の血液製剤を投与されたことによって、C型肝炎ウイルスに感染された方に、給付金を支給する仕組みがあります。

詳しくは、厚生労働省HPまたは相談窓口へ。

フリーダイヤル 0120-509-002(平日9:30～18:00)

厚生労働省

政府広報



◆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1在宅介護支援センター ☎③0800
第2デイサービスセンター ☎②6663
第2在宅介護支援センター ☎②7134
ホームヘルプステーション ☎②7135
シルバー人材センター ☎③1811
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



新任職員が行く!



「まちの先生」藤後正代さんと「福崎加工研究会」

今回、私たちは「福崎加工研究会」を取材してきました。このグループは「もちむぎおかき」、「もちむぎ飴」といったもちむぎ食品の生産から販売にいたるまでをこなすスーパーグループです。現在まで約20年間、こつこつと活動が続けられています。実際に「もちむぎおかき」を作っている現場を見学させていただきましたが、一つ一つ丁寧に焼きあげている姿に熱い情熱を感じました。

また、グループ代表の藤後さんは「まちの先生」にも登録されており、もちむぎを使った料理教室をひらくなど、もちむぎ食品の普及に大変貢献されています。

もちむぎはコレステロールを下げる働きのある食物繊維を多く含んでいることから、健康食品としても注目を集めています。グループの方々手作りされた懐かしいお菓子類をはじめ、たくさんのもちむぎ食品がありますので、ぜひいろいろなもちむぎの味を試してみてください。

(森友和・吉田卓・岡本美菜子)

■表紙写真の説明

8月9日、太鼓演奏やダンスによる元気なステージで幕を明けた「福崎夏まつり」。おどりの曲が流れると自然に輪ができて、みんなが次々に加わって、総おどりの大きな輪となりました。夜空には、企業・事業所等の協賛による約1000発の花火が美しく咲き、今年も華やかなまつりとなりました。

(福崎町広報委員会・内線221)

町民のうごき

世帯数	7,246世帯	人口	19,653人
男	9,372人	女	10,281人
転入	48人	転出	46人
出生	19人	死亡	15人
平成24年7月末現在			