

第4回看護師病院合同就職説明会 in 中・西播磨  
 第4回看護系学校合同進学説明会 in 中・西播磨

歴史民俗資料館 連続講座のご案内

本年度の連続講座では、「松岡五兄弟」を年間のテーマに、生誕150年を迎える井上通泰と柳田國男について紹介します。

時間：13:30～15:00 場所：歴史民俗資料館

「柳田國男と妖怪」

開催日 5月21日(土)

講師 大森亮尚さん(古代民俗研究所代表)  
 日本民俗学会研究奨励賞 福崎町賞授賞記念講演  
 「どのようにして民俗学は誕生したのか  
 - 柳田國男の人生を振り返って -」

開催日 9月10日(土)

講師 金子祥之さん(日本学術振興会特別研究員)  
 柳田國男記念館記念展 講演会  
 「井上通泰と南天荘同人会」

開催日 11月5日(土)

講師 井上 舞さん(神戸大学大学院人文学研究科地域連携センター研究員)

看護師病院合同就職説明会	日時	5月15日(日) 10:00～15:00
	場所	イーグレひめじ3階 あいめっせホール
	対象	看護師・看護学生
	参加団体	中・西播磨圏域の33病院
看護系学校合同進学説明会	日時	5月15日(日) 10:00～15:00
	場所	イーグレひめじ地下2階 市民アリーナA・B
	対象	高校生及びその保護者・社会人
	参加団体	兵庫県・岡山県の看護系学校25校

主催 兵庫県看護協会西播支部・西播民間病院協会  
 問い合わせ先 中播磨健康福祉事務所(☎079-281-9207)

短歌会

古りたりと言えど背の金屏風に瑠璃映ゆる雛の面ざし

北 浄代

モーニングの開店真近く入り来たる人のまゆげに氷雨がひかる  
 井奥 輝明

大きな小さな声の近づきて無事に過ぎたり登校の列

岡田 恵美子

さざれ石手にふれて知る君が代を請じ世界の平和を希つ  
 山下 清市

百舌のようにお喋り交わしクーニヤンの自転車の列並木路  
 を行く

山口 旭

この土地に七十年はも暮らし来て今日八十五歳は夢のこと  
 しも 永井 健

倒れたるままに咲きいる野路菊の清しき色のはなびらに触る

松岡 澄子

気まぐれな雲の間の冬の陽をひねもす見上ぐ広縁に居て  
 内山 嗣隆

鴨群れの北に帰って静かなり水面に映る枯葎のかけ

多田 千枝子

丸大根を小判に切りて干される其れさへ清し山あいの村

大野 八重子



俳句会

山寺に咲く三椏の花明り

花明り 廣瀬 純水

雨の朝ほんのり紅き名草の芽  
 松本 喜代子

湯の町の芽柳ゆれて暮なすむ

石川 晃美

鉄塔の高みを北へ鳥帰る  
 橋本 栄

干し鰯一夜泊りの温泉宿

長尾 美恵子

新館の広間を飾る古雛  
 柴田 喜美子

干し鰯漁村訃りの行商女

大畑 せつ子

下萌や埴輪の並ぶ根日女塚  
 難波 はるみ

飲みたりし嬰兒の笑顔や春の

千家 栄子

友来り愉快な話し春めけり  
 藤岡 照代

父母の眠る丘越え鳥帰る  
 城谷 秋美

三味線草 津軽の里に悲恋唄  
 水田 京子

三味線草 振つて微かな音を聞  
 長澤 久美子

弥生空 風と戯れ鶯が舞つ  
 生田 恵美子

鍬洗う小川の流れ 水温む  
 岸上 加津美

絵手紙に老いの写生の 黄水仙  
 松岡 勝美



日	曜日	事業・イベント名	時間	場 所	問い合わせ先	備 考
		企画展「福崎町昭和30年代の写真展」	9:00	歴史民俗資料館	歴史民俗資料館	31日(火)まで
		企画展「松岡映丘画稿展」	9:00	柳田國男・松岡家記念館	柳田國男・松岡家記念館	
2	月	なやみごと相談	13:00	サルビア会館	社会福祉協議会	
3	火・祝	町制60周年記念式典	10:00	エルデホール	総務課	
4	水・祝	えほんのじかん	11:00	図書館	図書館	
7	土	町民親善グラウンドゴルフ大会	8:15	さるびあドーム	体育館	要申込
8	日	福崎町消防団消防操法大会	9:00	福崎東中学校	住民生活課	
9	月	母子相談	10:30	サルビア会館	健康福祉課	
11	水	もち麦の日			農林振興課	
14	土	リサイクルブックフェア	10:00	図書館	図書館	20日(金)まで
18	水	人権相談	10:00	サルビア会館	住民生活課	
		なやみごと相談	13:00		社会福祉協議会	
		行政相談	13:00		総務課	
19	木	食育の日			保健センター	
20	金	福崎町美術展	9:00	エルデホール	文化センター	22日(日)まで
21	土	山菜ハイキング	7:50	鉢伏高原	体育館	要申込
		歴史連続講座	13:30	歴史民俗資料館	歴史民俗資料館	
27	金	戦没者追悼式	14:00	エルデホール	福崎町遺族会(社会福祉協議会)	
29	日	文化講演会	14:00	文化センター	文化協会(文化センター)	
		フクちゃん読書の日			図書館	

## もちむぎクッキングレシピ④9

### さくさくもっちりスコーン

材料

もちむぎ粉...100g      牛乳...70g  
 ベーキングパウダー...小さじ1      塩...ひとつまみ  
 砂糖...大さじ1      板チョコ(ミルク)...1枚  
 バター...50g      板チョコ(ホワイト)...1枚

作り方

ボールに1cm角に切ったバターを入れ、もちむぎ粉、ベーキングパウダー、砂糖、塩をふるって入れ、バターをつぶしながらポロポロになるまで、手でまぜる。

5mm角くらいに切った板チョコ、牛乳をに入れてまぜる。

厚さ5mmの四角型にのばし、包丁で三角になるように切っていく。

200 に予熱したオーブンで10～15分焼く。



簡単混ぜるだけ!

外はサクサク、中はしっとりスコーンです。  
 水溶性食物繊維が豊富なもちむぎ粉で健康おやつ!

## もっと!知ってほしい もち麦のこと

4月に入り暖かくなってきたころ、太陽に向かって真っすぐに麦の穂が出てきます。畑一面に萌え出た麦の若葉の緑は目にも鮮やかです。





# 保健センターだより

5月31日は「世界禁煙デー」  
禁煙したい方、「禁煙相談窓口」や「禁煙サポート医」を  
利用して、この機会に始めましょう!!

No.337

## 福崎町第2次食育推進計画・ 健康増進計画を策定しました

このたび、今までの食育推進計画と健康増進計画を一体化した「福崎町第2次食育推進計画・健康増進計画」を策定しました。

基本理念 いきいきと健康で明るい人とまちづくり  
計画期間 平成28年度～平成32年度(5年間)

この計画では、住民・家庭で取り組んでいただきたいことを世代ごとに挙げています。  
住民の皆さんと、行政や関係機関、団体等が連携して、福崎町らしい食育と健康づくりをめざしましょう。



計画概要版は、4月中旬各戸配布しました。本計画は町ホームページや町内公共施設でご覧いただけます。

健康増進計画					食育推進計画		
基本目標					基本目標		
5	4	3	2	1	3	2	1
歯と口腔の健康づくり	禁煙・適正飲酒の推進	こころの健康づくり	積極的な身体活動	健康状態の維持向上	地産地消の推進・食文化の継承	食育活動の推進	健全な食生活の実践

## 毎日、こつこつ貯筋生活

～今より10分多く、  
からだを動かしましょう～

生涯をいきいきと過ごすためには、活発に体を動かすことが大切です。スポーツなどの「運動」だけでなく、家事や仕事、通勤など、日常生活の合間にちょっと、体を動かすよう心がけましょう。

筋力は、何もしなければ少しずつ減っていきます。年齢に負けないように、毎日こつこつ、トレーニングで貯筋しましょう!

<回数目安>

1つの運動を10～15回続けて行い、1日の回数は自分の体力に合わせて決めましょう。

<注意事項>

自分の体調に注意を払いましょう。

運動中は息を止めないようにしましょう。

### 今月の貯筋プラン 1

脚を鍛えよう! ～椅子を使ったスクワット～



足を肩幅程度に広げ、つま先は前に向ける。



立ち上がるときは、膝がつま先よりも前に出ないように立ち上がる。



立ったり、座ったりをくり返し、ゆっくり座るとより効果が上がります。

## 保健センター5月定例行事予定

内 容	日(曜)	受付時間	対 象	場所
一般健康相談	9日(月)	9時30分～11時	一般希望者	保健センター
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	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	H28.2月生の乳児	
4 か月児健診	17日(火)	13時15分～13時45分	H28.1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	H27.7月生の乳児	
1歳お誕生相談	9日(月)	9時30分～10時	H27.5月生の乳児	
1歳6か月児健診	18日(水)	13時15分～13時45分	H26.7・8月生の幼児	

予 防 接 種	*二種混合・四種混合・日本脳炎・ポリオ・ヒブ・小児用肺炎球菌・水痘予防接種は、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)
	*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。

## 若年者の在宅ターミナルケア支援事業のお知らせ

福崎町では、40歳未満のがん患者の方が、住み慣れた生活の場で安心して自分らしい日常生活が送れるよう、在宅サービス利用料の一部を助成(償還払)し、患者さんとその家族の負担を軽減します。

<対象者>

医師からがん末期と診断された40歳未満の方

<内容>

在宅サービス(訪問介護、福祉用具貸与)利用料の9割相当額を助成します。

平成28年4月1日以降に利用したサービスが対象です。

助成を受けるには申請手続が必要です。詳しくは、保健センターへお問い合わせください。

## 中播磨健康福祉事務所からのお知らせ

### 『こころのケア相談』ご案内

中播磨健康福祉事務所(福崎保健所)では、月1回こころの病気やこころの健康について、精神科医師による相談を行っています。

また姫路断酒会会員によるアルコール関連問題に関する相談も同時開催しています

\*相談は無料です

\*ご本人に限らず、ご家族や関係者の方のご相談も受け付けます。秘密は厳守します。



開催日 原則 毎月第4水曜日  
(11月は第5水曜日)

受付時間 9:30～11:00

場 所 中播磨健康福祉事務所(福崎保健所)  
相談は予約制です。事前に電話でお申し込みください。

### 食育・健康講座 ～いずみ会リーダー養成講座～ 受講者募集

「自分流の健康づくりを見つけたい!」「仲間づくりをしたい!」という方にオススメ!

「食」を中心とした健康づくりを楽しく学ぶ講座です。お一人でも、お友達連れでも大歓迎です!



期 間 平成28年6月～12月  
(原則、毎月第1・3木曜日の午前)計12講座  
会 場 中播磨健康福祉事務所(福崎保健所)他  
内 容 食生活や健康に関するお話とお料理等  
費 用 テキスト代(1,300円)  
調理実習材料費(1回あたり500円程度)  
対象者 神崎郡にお住まいの方  
(性別・年齢は問いません)  
申込締切 5月26日(木)

《申し込み・問い合わせ》 中播磨健康福祉事務所(福崎保健所)  
福崎町西田原235  
TEL 22-1234 / FAX 22-6680

## 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 ☎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 ☎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



## まちのトピックス

「学問成就の道」が  
きれいになりました。

学問成就の道の整備工事（平成27年度分）が終了しました。兵庫県ふるさとづくり推進事業費補助金を受けて、27年度は鈴ノ森神社から辻川山山頂の配水池までの階段の整備を行い、28年度には北野天満神社までの舗装工事を行います。

新緑の中、歩きやすくなった学問成就の道をぜひ散策してみてください。

（社会教育課）



柳田國男の兄弟の氏神である「鈴ノ森神社」と学問の神様菅原道真を祀る「北野天満神社」を結ぶ「学問成就の道」。

### 表紙写真の説明

4月9日、歴史と文化の漂う辻川界隈で、「民俗辻広場まつり」が行われました。今年は「観桜会」「もちむぎまつり」「ボランティアまつり」もあわせて行われ、満開の桜の下、多くの人で賑わいました。新しく登場した天狗を見に河次郎も姿を見せました。

（福崎町広報委員会・内線221）

### 町民のうごき

世帯数	7,479世帯	人口	19,000人
男	9,327人	女	10,224人
転入	186人	転出	146人
出生	10人	死亡	18人

平成28年3月末現在