

多くの文化と共に生きよう

～多様性を受け入れ、支えあうまちに～

《問合せ》政策調整課 ☎21-9022

vol.3 宮村スチャーニーさん(タイ出身)

日本語教師の彼との結婚がきっかけで来日

大学を卒業して、タイの語学教室の受付で働いていました。その教室では、職員は無料で授業が受けられ、ずっと勉強したかった日本語を受講しました。練習をもっとするため、別のクラスの日本語教師だった男性と話すことができました。彼は分からないことを親切に説明してくれました。今、私が豊岡にいるのはそんな彼と出会い、結婚したからです。

結婚式参列者の服の色に戸惑う

それは私の結婚式のことです。幸せな気持ちでいっぱいでしたが、結婚式に来た人はみんな黒い服を着ていました。タイで黒い服を着て、結婚式に出席することは、その結婚を祝福していないということになります。理由を聞いて、ここは日本なのだからと自分に言い聞かせたのを覚えています。

また、日本ではあまり食事の時間に他人の家を訪問したりしません。一方、タイではたまたま食事の時間に訪問しても、ご飯を一緒に食べようと招き入れます。招かれた方も断らず、ご飯を食べます。もし声を掛けなかったら、思いやりにくいと思われれます。

日本には譲り合いの精神がある

日本には譲り合いの精神があります。歩行者や車に道を譲ります。タイではわれ先にと行きます。また、クラクションの使い方も違います。タイでクラクションを鳴らしたら、早く行けという意味でけんかになります。日本では道を譲ってもらったりしたら「ありがとう」の意味でプツとします。最初は驚きましたが、今は良いことだと思います。

来春、子どもが入園、いろいろと教えてください

今、息子は4歳です。来年から保育園へ行きます。日常生活の中でタイの文化も触れさせています。2つの文化の中で育っているので、いじめられたりしないか心配です。また、私自身も保育園の先生ときちんと話ができるか、ママ友とうまくやっていけるかなど心配です。でも、豊岡の人は優しいので大丈夫だと思います。保育園で会ったら、いろいろ教えてください。(インタビュー：NPO法人にほんご豊岡あいうえお)



▲民族衣装でハロウィンパーティーに参加

消費生活相談員の知恵袋

成人になれば責任も一人前 契約は慎重に

35



成人になりたてで社会経験の浅い若者は、悪質商法のターゲットになりやすいので注意が必要です。

◆事例1

友人に呼び出されネットワ
ークビジネスに誘われた。代
金30万円をカード決済したが、
説明とは違いもうからないの
で解約したい。(20歳代男性)

◆事例2

SNSの広告でダイエツ
ト効果のあるサプリメント
を見つけ、キャンペーン価格
980円で購入したが、2回
目から2袋1万5千円の定期
購入だった。(20歳代女性)

◆アドバイス

事例1のようなネットワー
クビジネスは、契約書受領か
ら20日間以内であればクーリ
ングオフが可能です。期間が
過ぎていても説明にうそがあ
ったなど、勧誘に問題点があ
れば取り消せる場合があります。

事例2のような通信販売に
は、クーリングオフの適用は
ありません。注文時に契約内
容や返品特約をよく確認して
おくことが大切です。

現在は20歳で成年ですが、
民法改正で2022年4月か
らは成年年齢が18歳に引き下
げられます。未成年者が保護
者の同意を得ずに行った契約
は取消すことができますが、
成人すれば一人前の責任を負
うこととなります。インタ
ーネット情報やセールストーク
をうのみにせず、契約するこ
きは慎重に検討しましょう。
また、安易に借入れをす
ることは控えましょう。

《豊岡市消費生活センター》

▽相談受付 月～金曜日(祝

日、年末年始を除く)

午前9時～午後4時

▽相談場所

生活環境課内

▽電話相談 ☎21-9001

▽ホームページに過

去の知恵袋を掲載
しています。



※掲載している情報は編集時点(12月16日)のもので、変更になっている場合がありますので、注意してください。

65歳からの健康運動教室

はつらつチャレンジ塾の参加者を募集

新型コロナウイルス感染症が流行する中でも、心身の健康を維持する取組みが大切です。

はつらつチャレンジ塾は、ウェルストーク豊岡のフィットネススタジオ・トレーニングジム・温水プールを利用し、個人の体力に合わせた65歳からの健康運動教室です。健康のために何か始めたい方、仲間と一緒に楽しく体を動かしませんか。

《申込み・問合せ》健康増進課 ☎24-1127

特徴

- ◇運動初心者向けのメニュー
- ◇少人数のグループ制
- ◇専門の指導員による指導

期間 2022年 4月～7月(4カ月で16回)

- ▶場所 ウェルストーク豊岡(立野町)
- ▶対象 65歳以上で本市に住民票のある方(要支援・要介護認定を受けている方は除きます。治療中の疾患がある方は、主治医の意見書が必要な場合があります)
- ▶料金 月額1,000円(4カ月4,000円)
- ▶申込み 1月6日(木)～28日(金)に窓口または電話で申込み

《コース》

コース名	時間	定員
月曜日コース	午後3時～4時30分	各20人 (先着順)
火曜日コース	午前9時30分～11時	
水曜日コース	午後2時～3時30分	
金曜日コース	午前9時30分～11時	



1月27日(木)
午後1時30分～
ウェルストーク豊岡
で無料体験会実施
事前申込必要

※感染症拡大防止により、無料体験会の日程、内容等を変更する場合があります。

チャレンジ栄養教室

はつらつチャレンジ塾参加者のうち、希望者に健康づくりに役立つ栄養講話と体験型教室を実施します。

日時等の詳細は、体験会の時にお知らせします。



新型コロナウイルス感染症予防と一緒に

今年は特にインフルエンザ対策の徹底を

例年12月から3月ごろにかけて、インフルエンザが流行します。突然の38度以上の発熱に、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状を伴うのがインフルエンザの特徴です。風邪よりも重症化しやすく、感染力も強いことから、インフルエンザ予防の正しい知識を身に付けて、日頃から心掛けましょう。

感染予防のためのポイント

インフルエンザと新型コロナウイルスの予防方法は基本的に同じです。

①しっかり「手洗い」をしてウイルス除去

- ・帰宅時や食事の前後など、こまめな手洗いを忘れずに
- ・せっけんで10秒もみ洗いし、その後で15秒すすぎましょう

②マスク着用で「咳エチケット」を守る

- ・感染を広げないようにするために有効です
- ・自分に合ったサイズのマスクを選び、口と鼻



をしっかりと覆いましょう

③人との距離を保ち「3つの密」を避ける

- ・密閉、密集、密接の「3密」を避けることが、感染の拡大を防ぎます
- ・特に人が多く集まる場所(人混み)への外出は極力避けましょう

④規則正しい生活で「免疫力をアップ」する

- ・バランスの良い食生活と適度な運動、十分な睡眠を心掛けましょう
- ・空気が乾燥しているとウイルスに感染しやすくなるため、湿度を50%以上に保ちましょう

もしかしてと思ったら早めに受診

新型コロナウイルス感染症でも、インフルエンザと同じような症状が出る場合があります。発熱などの症状があり、もしかしてと思ったら、早めに電話で相談した上で、かかりつけ医に相談しましょう。

《問合せ》健康増進課 ☎24-1127

※掲載している情報は編集時点(12月16日)のもので、変更になっている場合がありますので、注意してください。

広報とよおか 2022年1月号