

番号	メニュー	担当部署
26	高齢者がいきいき暮らせるまちづくり～高齢者福祉サービス～	高年介護課
27	認知症の理解と支援～認知症サポーター養成講座～	
28	住み慣れた地域で暮らし続けられるように～豊岡市の介護保険制度～	
29	豊岡市健康行動計画(第2次)について～生きいきと健康に暮らそう～	健康増進課
30	私も地域も元気に！～歩いて暮らすまちづくりのすすめ～	こども未来課
31	豊岡市の子育て支援～妊娠期から幼児期まで～	
32	ジオパークってなあに？(市内見どころ編・ふるさと教育編)	
33	豊岡市の観光振興について	観光政策課
34	豊岡演劇祭と文化観光	
35	芸術・文化による地方創生の拠点(城崎国際アートセンター)	
36	皆さんの地域の歴史を知る(文化財室)	文化・スポーツ 振興課
37	ニュースポーツしてみませんか？～誰でも楽しめるスポーツを紹介～	
38	あなたの体力年齢はいくつ？～新体力テストの方法と活用～	
39	鳥獣害なんでも相談	農林水産課
40	「絶対捕るぞ!!」農会檻のイロハ	
41	コウノトリ育む田んぼといきもののオイシイ関係	
42	農業ビジョン～「合い言葉は、グッドローカル農業」	
43	クマについて知る	
44	豊岡の風土が育む特産業	環境経済課
45	コウノトリ野生復帰～支えあう命の物語～	コウノトリ共生課
46	コウノトリのことを知ろう！～教えて 元飼育員さん～	
47	ラムサール条約湿地～「円山川下流域・周辺水田」が育む豊かな自然～	
48	未来のために私たちが今できること～脱炭素社会の実現に向けて～	
49	豊岡の生きものとのつきあい方(希少種保全と外来種対策)	
50	橋も長く生きた～い ～橋の長寿命化～	建設課
51	公共事業の用地取得の流れ	
52	都市計画とこれからの「まちづくり」	
53	持続可能な地域公共交通を目指して～将来の自分を、今の自分が支えている～	都市整備課
54	次は、飛行機にしない？～コウノトリ但馬空港～	
55	地震への備えは大丈夫？～わが家について考えよう！～	
56	役立つ地籍調査！～杭を残して悔いを残さず～	建築住宅課
57	豊岡市の安全安心な学校給食	教育総務課
58	ふるさと豊岡を愛し夢の実現に向け挑戦する子どもの育成～とよおか教育プラン～	
59	豊岡こうのとりのとりプラン～小中一貫教育～	
60	体験してみよう～親子で楽しく運動遊び～	幼児育成課
61	楽しく遊んで育つのは「体」だけじゃない～「心」も育つ運動遊び事業～	
62	知って得する図書館活用術(本の楽しみ方や朗読ライブ)	
63	火災ゼロを目指して～市民との協働(コラボレーション)～	消防本部
64	「家族で守る 家庭で防ぐ」～予防救急について～	
65	安全で安心な水道	
66	下水道の役割・しくみ	水道課
67	私たちの代表を選ぶ～選挙のしくみ～	選挙管理委員会・ 監査委員事務局
68	監査の役割としくみ	
69	農地を守り生かす農業委員会	
70	外湯の歴史と温泉	城崎・城崎温泉課
71	北前船の歴史	竹野・地域振興課
72	神鍋観光物語	日高・地域振興課
73	豊岡市出身の冒険家植村直己さん世界中の人々から親しまれた理由と数々の挑戦から学ぶこと	
74	出石城下町のまちづくり～伝統的建造物群保存地区制度～	
75	出石の歴史を散策してみよう	出石・地域振興課
76	はじめてなのに、なぜかなつかしい～遠くて近い国・モンゴル～(日本・モンゴル民族博物館)	但東・地域振興課
77	東井先生いのちの詩などのおはなし(東井義雄記念館)	

65歳からの健康運動教室はつらつチャレンジ塾

運動は何歳から始めても遅くありません。効果を出すためには正しい方法で行うことがポイントです。はつらつチャレンジ塾は、個人の体力に合わせた65歳からの健康運動教室です。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ます。「運動は苦手だけど、健康のために何かしたい」という方にもお勧めです。仲間と一緒に楽しく体を動かしませんか。

- ◇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 **8月～11月**(4カ月で16回)

- ▶場所 ウェルストーク豊岡
- ▶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 5月8日(水)～28日(火)に窓口または電話で申込み



▲フィットネススタジオでストレッチ体操

《コース》

コース名	時間	定員
月曜日コース	午後2時～3時30分	各20人
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	

◆お知らせ◆

はつらつチャレンジ塾は
2025年3月をもって
終了します。



《申込み・問合せ》健康増進課 ☎21-9095

消費生活相談員の知恵袋

2023年度の消費者相談状況

49



2023年4月からの1年間に豊岡市消費生活センターに寄せられた相談は、693件でした。22年度と比べて3件増加し、過去最高の件数でした。

自動録音機能付電話機の活用

相手が自動録音機能付きの電話機にかけると「この通話を録音します」と自動警告のメッセージが流れます。これを聞くと詐欺グループは電話を切るのと、とても有効です。

自動録音機能付きの電話機の購入の補助制度は、8ページや市ホームページで確認してください。

SNS関連の取引等に注意を

SNSの広告やメッセージからサプリの定期購入や出会い系サイトなどに進み、トラブルになる事例が多数発生しています。少しでも疑問に思ったらすぐに契約せず、家族や周囲の人に相談しましょう。

「自分のこと」として注意を

年金事務所や市役所の職員をかたり「年金(または保険料)の還付があります」と電話をかける還付金詐欺の被害が市内で発生しています。「私は大丈夫」と油断せず、家庭の電話を留守番電話に設定し、相手を確認してから電話に出てください。怪しい電話は無視してください。話を聞くと詐欺グループにだまされてしまいます。

《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。

