

第29回

お知らせ 「消費者ホットライン」 が移転しました

但馬消費者ホットラインと但馬生活科学センターは、4月1日より兵庫県但馬県民局内（豊岡市）に移転しました。また、但馬生活科学センターは、「但馬消費生活センター」に名称変更になりました。

相談に関する電話番号はこれまでと同じです。

（☎0796-23-1999）
（☎0796-23-0999）



養父市消費生活センター

（☎079-662-3170）

受付時間は、午前8時30分～午後5時15分
（土、日、祝日は除きます）

★消費生活センターは
生活のお医者さんです。
相談は無料、秘密厳守します。

消費生活相談窓口

市役所市民課

（☎662-3163）

まちの文化財 ⑦⑧

うだつが上がる三階建



大屋町筏の「うだつの上がる町並み」

しています。大屋町筏では4棟の三階建住宅にうだつが上がっています。また八鹿地区は平成16年に二階建のうだつの町並みを活かすために兵庫県景観形成地区になりました。

「うだつ、そんなもんはどこにでもあるがなあ」という声が聞こえてきそうです。平成20年度調査では、養父市内で87棟のうだつを確認しています。八鹿地域40棟、養父地域20棟、大屋地域10棟、関宮地域17棟です。

但馬地方のうだつは、明治時代中頃から昭和前半に流行しました。鳥取県や島根県には袖うだつしか存在しません。つまり養父市から西側の地域には本うだつは存在しないのです。

筏集落では、うだつの上がる三階建の養蚕住宅が街道にそって並んでいます。三階建の住宅にうだつが上がる風景は日本でも養父市にしかありません。つまり「うだつの上がる三階建の町並みが見たけりや筏にきんせい」という話になります。

豊岡・出石などの城下町でも、うだつが単独ではあっても連続する町並みにはなっていない。うだつが上がるの町並みは、養父市の大切な景観資源です。

（教育委員会社会教育課）

「健康」 ワンポイント アドバイス



保健師
高見真紀

子どものことばと

生活リズム

子どもは生まれてから「アッアッ」「ウー」などの声を発するようになり「バウー」などの喃語を繰り返すことで少しずつ発声の練習をし、ことばを習得していきま

す。子どものことばを伸ばそうとして、ことばを教えることだけに重点を置いていません

か？

実はことばを伸ばすには、生活リズムを整えることがとても大切なのです。

ことばの発達のためには脳全体の発達が必要となります。生活リズムを整えることは、脳の働きを良くし、心と体の発達を促します。

朝

遅くまで寝て、だらだらと午前中をすごしていませんか？朝、起きたら窓を開けて、太陽の光を浴びま

しょう。すっきりと一日をすごすことができます。

昼

家の中にもこもるのは、体にも心にも良くありません。できるだけ外で遊んでたくさん刺激を与えてあげましょう。

夜

脳は、夜になると休み時間も何かを経験させようとしても良い刺激にはなりません。夜更かしをさせずに、すっきりと寝かせて翌日の目覚めをよくしてあげましょう。どんなに工夫してことばを教えようとしても、それだけではことばは発達しません。まずは、生活リズムから見なおしてみませんか？

教室参加者募集!!

めんずクッキング

男性も台所に立って料理を楽しみませんか？料理の基本から応用までを実習します。

料理初心者の方も大歓迎です。

とき／第1金曜日（毎月）

時間／午前9時30分～午後1時

参加費／300円

いずみ会リーダー養成講座

はつらつヘルシークッキング

健康な身体づくりは食事から。食に関する様々な話題や耳寄りな情報を提供するとともに、バランスのとれた献立や季節の食材を使った料理を実習します。

食生活を見直して健康な毎日を送りましょう。

とき／第4火曜日（毎月）

時間／午前9時30分～午後1時

参加費／300円

【申し込み、お問い合わせ先】

市役所健康課（☎662-3167）

「緊急通報システム事業」 のお知らせ

緊急通報システム事業とは、在宅の一人暮らしの高齢者及び身体障害者等に対し、緊急通報装置を貸与し、急病や災害時に緊急かつ適切な対応を図ることを目的としたサービスです。

身体上、慢性疾患がある等日常生活を営む上で常時注意を要する状態にある方
④ 重度の障害者を有する世帯であって日常生活を営む上で常時注意を要する状態にある方

■要件

「単独NTTアナログ電話回線」の使用が基本となっております。

■費用について

機器の設置費用などについては無料となりますが、毎月300円の自己負担が必要となります。（ただし、生活保護世帯・要綱に定める低所得者の方は自己負担はありません。）

【お問い合わせ先】

高年福祉課高年福祉グループ
（☎662-7603）

■対象者

- ① 養父市内に住所を有し、次のいずれかに該当する方です。
- ② おおむね65歳以上の援護を要する一人暮らしの方
- ③ 一人暮らしの重度身体障害者
- ④ 二人以上の世帯でその全員がおおむね65歳以上であり、