



ほのぼの 南部包括だより

第146号 令和4年8月発行
袋井南部地域包括支援センター
電話 0538-42-7939

みなさん、こんにちは。
うだるような暑い日が続いておりますが、お変わりなくお過ごしですか？
今年も残念ながら袋井の花火が中止となってしまったので、浅羽のパティ北側にあるひまわり畑で夏の風物詩を楽しむこととします(*´▽`*)
また、今年の南部圏域NO.1のグリーンカーテンは高南コミセンです★一面緑色でとてもすてきです♪皆さん、見に行ってみてはいかがですか？

年々多様化・巧妙化する悪質商法 詐欺電話にご注意を

高齢者は「お金」「健康」「孤独」の3つの大きな不安を持っているといわれています。悪質業者は言葉巧みにこれらの不安をあおり、親切にして信用させ、年金や貯蓄などの大切な財産を狙っています。高齢者は自宅にすることが多いため、電話勧誘販売や家庭訪販による被害にあいやすいのも特徴なんです(_ _メ)



袋井市によくある消費者トラブル情報



☑ 架空請求にご注意ください

今まではハガキが主流でしたが、最近は封書での送付が主流。「民事訴訟管理センター」、「法務省管轄支局 国民訴訟通達センター」、「東京法務管理局」等からの怪しい通知はすべて詐欺ですので、慌てて記載されている番号に電話をかけないようにしましょう！

☑ 海外から注文していない植物の種子が郵送されるトラブルに注意！

注文していないのに海外から植物の種子が送られてきた場合は、郵便局にて「受け取り拒否」の手続きをとみましょう！

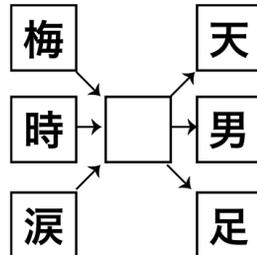
☑ 市役所職員を騙る電話詐欺に注意！

市役所職員等を騙り、「還付金がある」「キャッシュカードを取りに行く」などといった連絡は詐欺です。公的機関の職員がATM機の操作指示や、キャッシュカードを取りに行くことは絶対にありませんので、このような電話があった場合は、電話を切ってください。

認知症を遠ざける
楽しい頭のストレッチ



ヒント
天気に関係



矢印の方向に読むと二字熟語ができるように、空欄に漢字を当てはめてください。



手口の特徴

- 1 健康や将来の生活の不安をあおる。
- 2 「必ずもうかる」、「くじに当たった」、「あなたは特別」などと巧みな話術で勧誘する。
- 3 「今日が締め切り」、「今すぐに」などと即答を迫る。

被害に遭わないために

悪質業者は巧妙な手口で私たちの生活に忍び寄り、心のすきを突いてきます。被害を防ぐためには、日ごろの心構えとはっきりとした意思表示、き然とした対応が必要です。

- ☑ 不要な商品やサービスは、きっぱりと断る。あいまいな受け答えはしない。
- ☑ 勧誘や不審な電話は、目的をはっきり聞く。家に来た場合は、身分証などを確認し、家の中に入れない。
- ☑ 話がうますぎる、少しでも不審に思ったら、家族や友人、消費生活センターなどに相談する。
- ☑ 強引な勧誘や脅迫を受けたら、警察などに連絡する。



おしゃべりカフェ



- ◇介護者同士の交流ができます
- ◇介護や福祉の相談ができます
- ◇誰でも参加できます



8月16日（火）9:30～11:30
袋井南コミュニティセンター
9月20日（火）9:30～11:30
豊沢コミュニティセンター

つながり処「結（ゆい）」

「結」へ来たら元気がもらえる！
地域の皆さんの心のよりどころに
なれるよう、南部包括がつながり
処「結」をOPENします！皆さん
のご参加をお待ちしております。

- ◆8月25日（木）10:00～11:30
 - ◆9月 8日（木）10:00～11:30
- 袋井南コミュニティセンター



【袋井南部地域包括支援センターより】

= 長生きしている人のひみつ =

◆ ポジティブ思考

ポジティブな思考を意識することが大切です。物事を前向きに捉えたり、うまくストレスに対処したりするよう心がけましょう。ポジティブ思考でいるためには、人と関わる場をもつことをおすすめします。地域の集いの場や趣味の集まりに出かけるなど、積極的に外へ出るようにしましょう。

◆ 趣味を楽しむ

何かに没頭することはストレスの発散になり、人とつながるきっかけにもなります。楽しい気持ちになったり、体を動かしたりすることで、心身の健康維持にも役立つでしょう。



認知症を遠ざける
楽しい脳のストレッチ
正解は？ 雨