

姫路市北地域包括支援センター（担当校区：砥堀・豊富・船津・山田）

# ほうかつだより（令和4年度第2号）

電話（079）264-6153



## 「元気な通いの場」紹介コーナー



～豊富校区から～

姫路市では、高齢者の方が「住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らす」ことを目指し、地域で「いきいき百歳体操」や「認知症サロン」が開催されています。

### 甲丘3・4丁目いきいき百歳体操

☆10年目を迎える同会場。世話人のお二人に、続けるための工夫を伺いました☆



始めは参加者がなかなか増えず、ポスターを貼ったり、回覧したりと試してみましたが、あまり効果がありませんでした。参加者が周囲の人に声を掛け合うことで、少しずつ増えていきました。これからは、もっと男性が増えていくことに期待しています。

色々な人に来て、親しくなり、地域とのつながりができた。



家でじーっとしてより、いいよ！



ジョークを言って、笑える仲間が増えた。



いきいき百歳体操って身体だけじゃなくて、地域のみんを笑顔で元気にするんだね。地域のみんが繋がって、お金や物をだまし取るような悪い人たちを寄せ付けないんだ。だから、みんなで行こうね！！

身体を動かして、すっきり。元気になる。

# 詐欺に注意!!

その話ちょっと待って!!



誰かに話してひと呼吸!!

## ★金融機関の現金自動預け払い機でお金を返すはウソ!

平日だけでなく、土日祝日にも市役所をかたる詐欺電話が多発。

「医療費や介護保険料等の還付金がある」と言って、たくみに金融機関のATMに誘導します。

## ★百貨店店員・銀行員・警察官等が家に来て通帳やキャッシュカードを預かるはウソ!

「あなた名義のカードで多額の買い物をされた」「逮捕した犯人があなた名義のカード・通帳を持っていた」等と話し、自宅に取りに来て、暗証番号も確認します。目の前でカードにはさみを入れ、大丈夫と言うこともありますが、ICチップを避けて切るので使えます。

## ★買わない宝くじは当たらない!

ショートメールやライン、電話などで「高額当選した」「施設入居の権利が当たった。いらぬなら権利を売って欲しい」などと言ってコンビニやATMなどから手数料を振り込ませます。

【消費者ホットライン】局番なし188（いやや） 【姫路警察署】222-0110

【姫路市消費生活センター】221-2110 【北地域包括】264-6153

## 姫路市北地域包括支援センター

(姫路市より社会福祉法人姫路市社会福祉協議会が受託し運営しています)

〒670-0802 姫路市砥堀428

(中央保健センター北分室内)

TEL (079)264-6153

FAX (079)264-1512

平日(月曜日～金曜日)

午前8時35分～午後5時20分

