広島市国泰寺地域包括支援センター

せせらぎ便り

2024年4月　第37号

ダマされていませんか？

色々な詐欺が発生しています。悪質業者や詐欺グループがあなたを狙っています。

「名義を貸して！」「権利を譲って！」は詐欺！

数千万円の高額被害が発生しています！！

広島中央警察署　生活安全課
竹川　修　警部補

ワンポイントアドバイス

犯人は色々な手口で騙してきます。左下のチェックシートの他に「個人情報が漏れている。」「今日中に支払う必要がある。」「電子マネーで支払って。」などの言葉に注意してください。すぐに行動せず、まず誰かに相談しましょう！

広島市内で８０歳代の女性が，名義貸しトラブル名目の詐欺被害に遭っています

手口

1 住宅メーカー社員を騙る犯人から電話
介護施設の入居権に関して名義を貸して下さい
Check!! 自宅の固定電話にかかってきます

2 介護施設関係者を騙る犯人から電話
名義貸しは犯罪だ
トラブル解決費用として２００万円を送付しろ
宅配便を使って，現金を送れ
Check!! 名義貸しは犯罪その言葉が詐欺です

↳ 言われるがまま，現金を送付するも…

3 顧問弁護士を騙る犯人からさらに電話
金融庁が動いている
このままではあなたの資産が差し押さえられる
一旦私に預けて下さい
Check!! 言葉巧みな脅しまず誰かに相談！！

↳ さらに，現金の送付を指示されて，複数回送付

電話を使ったサギを撃退

あなたの大切な財産を守るチェックシート

1つでも当てはまれば… サギ

役所・金融機関のフリをして

- ☐ 還付金があります
- ☐ ご利用の金融機関はどこですか
- ☐ ATMでお金が受け取れます

息子や孫のフリをして

- ☐ 喉の病気になった
- ☐ 携帯をなくした
- ☐ お金が必要になった

警察官・百貨店のフリをして

- ☐ あなたのカードが使われている
- ☐ 暗証番号を教えて
- ☐ キャッシュカードをあずかる

建設会社のフリをして

- ☐ 老人ホームの入居権がある
- ☐ 名義貸しは犯罪
- ☐ 裁判になりますよ

だまされないための3本の矢

最新情報の入手

サギの手口を知って対策力をアップ！

関連情報が盛りだくさん！ 広島県警ホームページ

発生マップも見れる！ 安全安心アプリ「オトモポリス」

タイムリーにメールで受信！ 広島県警メルマガ登録

自宅電話の対策

非通知番号や表示圏外の着信拒否

家にいるときでも留守番電話の設定

防犯機能付き電話の設置

＼留守電／
＼非通知／

ATMの利用限度額引下げ

1日のATM利用限度額を引き下げることで被害を最小限に防ぐ

ご利用の金融機関で簡単に手続きができます！

いきいき百歳体操のこと 知っていますか？

いきいき百歳体操ってどんな体操？

日常生活を送るうえで必要な筋力を高めることを目的とした体操です。
ゆっくりとした動きや椅子に座っての動きが中心なので、体力の低下している人でも行うことができます。無理のない範囲で効果的に筋力をつけることができます。おもりを使って体操します。

いきいき百歳体操をするとどうなるの？

まず、筋力がつきます。筋力がつくと身体が軽くなり、動くことが楽になります。
また転倒しにくい身体になるので、骨折などによる寝たきりを予防します。

毎日体操するの？

いいえ。筋力運動は週２回程度でいいと言われています。
１回運動をしてから２、３日休んで筋肉の疲れを取ったほうが筋力がつきやすくなります。

どこで実施しているの？

いきいき百歳体操を実施している教室は、国泰寺中学校区に 17 か所あります。
会場によって曜日や時間、会場の定員状況が違うため、
参加希望の方は包括支援センターまでお問い合わせください。
また右の QR コードを読み取ると、国泰寺地域包括支援センターのホームページ内にある「体操教室マップ」を見ることができます。
すべての教室でいきいきポイント事業が対象となっているので、
ぜひ活用ください。※いきいき百歳体操は１回の参加で１ポイント

いきいきポイント事業って？

高齢者の社会参加を促進するため、健康づくりやボランティア活動などの実績に応じて、１ ポイント 100 円に換算して奨励金が支給されるものです。期間は １ 年間で、対象は広島市在住の 65 歳以上の方となります。重度障害者福祉タクシー利用助成を選択している方は対象外です。
上限は１万円まで。要支援・要介護認定をお持ちで外出支援交通費助成を受けている方で、要支援の方は上限 7,500 円、要介護の方は上限 5,000 円、障害者公共交通機関利用助成の方は上限 4,000 円となっています。

いきいきポイント手帳を紛失した、これはポイント事業の対象なの？など、
事業に関するお問い合わせは、広島市高齢者いきいき活動ポイント事業等コールセンターへ
☎　０８２−５１２−０２９０

高齢者の介護・福祉・保健のことなどお気軽にご相談ください

広島市国泰寺地域包括支援センター

広島市中区昭和町 12-2　☎082-249-0600

月～金　8：30～17：15（年末年始・土日祝を除く）