

地域包括支援センター虹の里だより

地域包括支援センターは高齢者の皆さまの地域での暮らしをサポートする公的な相談窓口です

発行

令和 5 年 第69号

社会福祉法人 慈正会 地域包括支援センター虹の里



蝉の音が響き、夏らしい日々が続いています。気温や湿度が高い時期、気を付けたいのが熱中症です。屋外だけではなく室内で発症することも多いため、こまめな水分補給、エアコンや扇風機の使用、通気性の良い衣類の着用で調節しましょう。

**特殊詐欺が増えて
います!!**



2022年に川崎市内で発生した特殊詐欺の件数は286件、麻生区は48件でした。麻生警察署によると、2023年1月～4月までの麻生区の特特殊詐欺は16件発生しています。高齢者を狙い不安をあおる会話でだまし、お金を奪う悪質な事件が増えています。

! 詐欺の危険を回避する

- ★“電話でお金のお話が始まったら詐欺”すぐに電話を切り警察に相談しましょう。
- ★“迷惑電話防止機器”や留守番電話機能”を使い、“直接電話に出ず声を確認”しましょう。
- ★警察・銀行・役所職員が“口座番号・暗証番号・キャッシュカード・マイナンバー”の確認をしたり訪問で受け取りに来る事はありません。“絶対に渡してはいけません”。
- ★麻生警察署…044-951-0110
- ★警察相談専用電話…#9110 →《8:30～17:15まで》
- ★消費者ホットライン…188



オレオレ詐欺

子供や孫を名乗って電話し「仕事先のお金の入ったかばんを無くした。今日中にお金を払わないと大変なことになる。」など不安にさせる話をし、指定口座にお金を振り込ませたり、その後同僚を装って訪れた犯人が、現金やキャッシュカードを渡すように迫り盗みとられる。

キャッシュカード詐欺

電話で警察官、銀行、大手百貨店などを名乗り「あなたのキャッシュカードが不正に使われている。」と説明が入り、その後職員になりすました犯人が自宅を訪問し、隙を見てキャッシュカードをすり替え、盗み取られる。



還付金詐欺

役所や税務署職員などを名乗り「医療費の払い戻しがある。還付金の手続きが済んでいないので、すぐにATMへ行き指定した口座に振り込み手続きをしてほしい。」と言い、指示通りの行動をとらせ口座のお金が引き出されてしまう。



日々是好日 ～まちのきらり★を見つけ隊～

【 ちょっといい話 エピソード13 ～ I さんより～ 】

◎毎朝「おはようございます！」「いってらっしゃい！」やさしい声が聞こえてきます。声の主は地域の旗当番のみなさんです。

ボランティアの皆さんやお子さんのご家族が中心になり、暑い日も雨の日も通学路にある交差点に立ち、子供達を守る心優しいお姿に尊敬の気持ちが溢れてきます。

昔から続く旗当番。子供の頃を思い起こすとご近所さんや緑のおばさんへの挨拶を、勇気を出しておこなっていたなあ…。思春期もあり気恥ずかしかったあの頃、挨拶を交わせた日はとても元気になれたことを覚えています。あれから長い年数が経ちました。

交差点には変わらず優しく挨拶をする姿が輝いています。今日も1日のスタートに明るいうええ声を交わし、清々しい気持ちを感じることができました。ありがとうございます！これからも地域のみなさんとの触れ合いを大切にしていきたいと思います。

★地域の人々のつながりがあり、全ての人が支え合えるやさしく安心な町は素敵ですね。



地域包括支援センターは 身近な相談窓口です

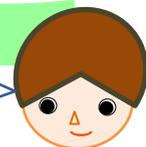


●地域包括支援センターは、高齢者の皆さまが住み慣れた地域で元気に暮らし続けられるよう、川崎市からの委託で設置されています。社会福祉士、保健師、主任ケアマネジャーがご相談をお受けします。

●ホームページを開設しています。活動紹介や過去の「地域包括支援センター虹の里だより」も見られます。
<https://nijinosato.or.jp/supprt-center/>

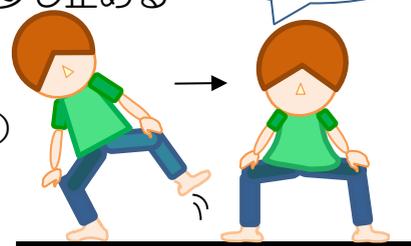
【シエンちゃんの健やか体操】

痛みのないように、無理をしないで。



【四股踏み～体幹を強くして若々しく～】

- ①足を大きめに開いて立つ
- ②腰を下げて、手は太ももに置く
- ③片足をもち上げて少し止める
- ④上げた足をゆっくりと下げる
(左右数回繰り返す)



※ ふらつく時は手は太ももに当てず、机に両手を付けて体を安定させ、足だけ動かす。

麻生区の地域包括支援センター【7か所】 担当エリアのセンターへご相談ください

柿生アルナ園地域包括支援センター	上麻生・上麻生5～7丁目・王禅寺西5～8丁目・白山・下麻生1丁目	☎ 989-5403
片平地域包括支援センター	片平・栗平1丁目・白鳥・五力田・古沢・岡上	☎ 986-4986
栗木台地域包括支援センター	はるひ野・黒川・南黒川・栗木台・栗平2丁目・栗木・金程・向原・細山	☎ 987-6505
新百合地域包括支援センター	上麻生1～4丁目・王禅寺西1～4丁目・王禅寺東1～2丁目	☎ 969-3388
高石地域包括支援センター	高石1～3丁目・多摩美・千代ヶ丘・万福寺	☎ 959-6020
百合丘地域包括支援センター	高石4～6丁目・東百合丘・百合丘	☎ 959-6522

地域包括支援センター虹の里

044-986-4088

担当地区：早野・下麻生・下麻生2～3丁目・

虹ヶ丘・王禅寺・王禅寺東3～6丁目