

# 特殊詐欺被害に気をつけましょう！！

広島市内での特殊詐欺の被害は、2020年（令和2年）までは減少傾向にありましたが、2021年（令和3年）に入ってから被害件数、被害額が増加し、2022年（令和4年）に入ってから増加傾向です。誰もが騙される可能性があります。

特殊詐欺被害を防止するために、【あいことば】をぜひ覚えてください！！



## 特殊詐欺被害を防ぐ「あいことば」

～ 広島市民は、大好きな「お好み焼」で詐欺被害防止！～

- ① …… 教えちゃダメよ「暗証番号」！
- ② …… 「口座が悪用される・使えなくなる」は詐欺！
- ③ …… 乗ったらダメよ「名義貸し」の話！
- ④ …… 「未払い請求」のメールやハガキ、それも詐欺！
- ⑤ …… 止めましょう、一人で考え、悩むこと！
- ⑥ …… 気をつけて、知らないところからの郵便物や電話！

お問い合わせ

相談窓口

広島市犯罪被害者等総合相談窓口 TEL 082-504-2722  
広島県警察 警察安全相談電話 TEL 082-228-9110

特殊詐欺被害防止広報啓発用チラシ 【発行】広島市市民局市民安全推進課

### 介護や健康のこと

- ・足が弱ってきた
- ・介護のやり方が分からない
- ・今の健康を維持したい

地域包括支援センターでは、主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などが「チーム」で総合的に高齢者を支えます。

## 広島市瀬野川東地域包括支援センター

広島市安芸区瀬野2丁目17番33号

TEL : 082-820-3711  
FAX : 082-554-5021

開館時間  
8:30～17:30  
(年末年始/  
日・祝除く)



### さまざまな相談ごと

- ・近所の一人暮らしの高齢者が心配
- ・どんな福祉サービスがあるの？

### 認知症のこと

- ・親が最近何度も同じことを言う
- ・認知症の予防法は？

### 権利を守ること

- ・もしかして虐待！？
- ・お金の管理の自信がなくなった
- ・消費者被害にあった

# ええ町世のがわだより

2022年10月 No.11

発行・編集/広島市瀬野川東地域包括支援センター

食欲の秋・読書の秋・運動の秋です。気候も良くなって過ごしやすくなってきました。桃・栗3年、柿8年という言葉がありますが、なんと我が家では“柿25年”目に始めて食べられる実がなりました！！“柿が赤くなると医者が青くなる”という言葉があるように柿には沢山の健康効果があります。ビタミンCは柿1個で一日の必要量をほぼまかなえるくらい含んでいるそうです。疲労回復、かぜの予防、ガン予防、老化防止に効果があります。またカリウムはナトリウム（塩分）を排泄する役割があり、高血圧の予防に効果があります。しっかりと栄養を取って秋も健康に過ごしましょう。（編集委員）

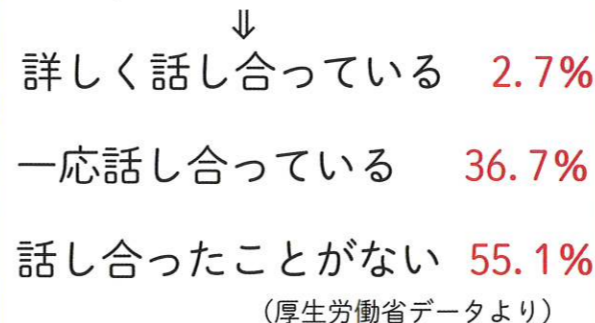
## 人生会議 パート①(人生の卒業式)

### もしものときについて話し合ってみませんか

みなさんは今までの人生で《もしものこと》を考えたことがありますか  
心にゆとりのあるときに、じっくりと考え  
あなたの大切な人にあなたの思いを伝えてみませんか・・・

人生会議とは・・・あなたの大切にしていることや望み・どんな医療やケアを望んでいるのかを自分で考え あなたの信頼する人たちといっしょに話し合うことを言います。

人生の最終段階での‘医療やケアに関する家族や医療介護関係者との話し合い’をしていますか



誰でもいつでも命にかかわる大きな病気やケガをする可能性はあります。命の危険が迫った状態になると約70%の方が、これからの医療やケアなどについて自分で決めたり、人に伝えたりすることが出来なくなるそうです。

もしも、あなたがそんな状況になったら・・・ご家族などあなたの信頼できる人が『あなたなら、多分こう考えるだろう』とあなたの気持ちを想像しながら、医療・ケアチームとともにあなたのこれからの未来について話し合いをすることになります。

あなたの信頼できる人があなたの価値観や気持ちをよく知っていることがとても大切になります。

人生会議について詳しくお知りになりたい方は包括支援センター迄(TEL082-820-3711)お問合せもしくは、広島県ホームページの‘私の心づもり’をご覧ください。  
後記QRコードを読み込むと広島県のホームページにジャンプすることができます。



# 瀬野のキラキラ人

上大山サロン絆では毎週月曜日、地域の方が集会所でいきいき百歳体操を行っています



6月21日・7月5日は百歳体操をお休みにして、ドコモの講師によるスマホ教室を開催しました。『アプリを使って旅行をしてみましょう(講師)』『ハワイに行ってみようか・ふるさとの島も載るっつとで(皆さん)』『次はスマホに話しかけてみてください(講師)』『へえーこんなことも声で調べられるんか(皆さん)』『みなさんQRコードを使われた事がありますか?(講師)』『久井橋のところにQRがあるのみんな知っつとる?』こんなやり取りをしながらわいわい楽しくスマホ教室に参加しました。

瀬野の史跡名勝にQRコードがあるのをご存じですか?!



一般社団法人中国建設弘済会助成金による事業

読み取り用



椋木一里塚跡(上大山)



籠立場跡久井橋(上大山)



瀬野の史跡名勝には50のQRコードが設置されているそうです。良い天気の日にはスマホ片手に瀬野の街を歩いて、QRコードを読み取ってみませんか?

## 中野東のご紹介

### 中野東学区老人クラブ連合会さんのご紹介

中野東学区老人クラブ連合会の活動状況

【老人クラブの活動目標】

- 1.健康づくり・介護予防活動
- 2.高齢者やその家族の支援する友愛活動
- 3.安全安心の住みやすいまちづくりを目指すボランティア活動

中野東学区には4単位クラブ会員数が230名で、情報を共有しながら単位クラブ毎又学区一斉の行事活動を行っています。

コロナ感染症と共存が始まって3年目、2年間は活動が少なく、高齢者にとっては我慢が続けた大事な時期でもありました。

筋力、気力低下を防ぐことが必要で、今年は多くの皆さんが集まり運動・見守り・ボランティア活動を積極的にこなされています。今回は活動に積極的に参加されている上田様をご紹介します。



バス旅行の様子

筋力、気力低下を防ぐことが必要で、今年は多くの皆さんが集まり運動・見守り・ボランティア活動を積極的にこなされています。今回は活動に積極的に参加されている上田様をご紹介します。

鉾取老人クラブ会員で最年長である上田光夫様。今年で99歳!!(T13.1.5.生まれ)元気の秘訣を聞いてきました。



上田光夫様

私は好きなこと興味のあることに積極的に取り組んできました。68歳から社交ダンス始め20年間以上続けました。また、旅行好きで老人クラブの旅行も毎年参加しています。あとは料理も好きです。

今でも自炊しています。しっかり食べることも大切。

私が思う元気のポイントは「色々なことに興味を持って取り組んでいくこと。挑戦することに遅いと思うことはない。」だから、「不撓不屈の精神が大切。」だと思っています。

上田光夫様が私たち老人クラブ全員の目標です。中野東学区老人クラブ連合会 会長 吉島 稔

## みどり坂のご紹介

### れいんぼうさんのご紹介

「こころ・からだ・まなび」の健やかな成長を目指して安芸区初の障害種別を問わない児童発達支援事業所として令和3年11月にみどり坂で開所し、もうすぐ1年になります。みどり坂町内会、地域の方々及び近郊の保育園、幼稚園のご協力をいただきながら、1歳から6歳までの元気なお子さまの声が響き渡る事業所になりました。

お子さまの発達段階に応じて個別、集団に対応できるよう、1対1で職員を配置し、小さな「できた」を積み重ねる早期療育を実現したい、障害告知を受け、複雑な思いを抱えながら日々お子さまと向き合っている保護者さまの気持ちに寄り添い、また保護者さま同士がつながりを持てる場の提供をしたいとの思いで開所した「れいんぼう」です。

ありがたいことに、安芸区だけではなく、中区、熊野町、安芸郡からも通って下さるご利用者さまとのご縁に恵まれ、元気な子供たちと一緒に日々駆け回っています。

利用当初は、着席できなかったお子さまが、回数を重ねるうちに自ら着席できるようになったり、感情のコントロールができるようになったりと、成長していく姿に、お子さまの可能性や早期療育の必要性を痛感しています。

もしもお子さまの成長に気になるところがあれば、お気軽に相談して下さい。具体的な療育内容、施設案内、ご利用方法などについては、ホームページにも掲載しております。instagramでは療育の様子が見れるようになっています。



### れいんぼうさんの活動の様子



Instagram



HP



また、れいんぼうでは私達の理念に賛同して下さるスタッフも募集しています。かわいい子供たちの成長と一緒に支えていきませんか。



れいんぼう  
管理者 水口 千佳

安芸区瀬野西2-24-18  
Tel 082-516-8703

## 認知症とともに

～シリーズ⑩～

### 《認知症研修会案内について》

今回は、自分自身や家族、身近な人が「もしかしたら認知症かな?」と感じたり、認知症と診断された時のために、知っておくととても助かる講座のお知らせです。

オンラインでどこからでも参加できますので、ぜひご参加ください。

### 【研修案内】

令和4年度  
広島市安芸区在宅医療・介護連携事業 市民公開講座

### 知って安心 聴いて納得 『認知症』

～あなたや家族、身近な人が認知症と言われた時のために～

高齢者の4人に1人は認知症、又はその予備軍と言われており、誰もが認知症になる可能性があります。この講座では認知症の気づきのポイントと、相談窓口をご紹介します。家族や身近な人が認知症になってもできるだけ不安のない状態で暮らすことのできるヒントをお伝えします。

日時: 令和4年12月10日(土)14:00~15:00

方法: オンライン または 会場参加  
(各会場のスクリーンでも視聴できます)

- 会場: ●中野集会所 2階 ホール (安芸区中野5-20-2)  
●ケアハウス安芸中野 地下1階 地域交流スペース (安芸区中野3-9-5)  
●阿戸福祉センター 2階 ホール (安芸区阿戸町6038)  
●安芸地区医師会館 2階 大会議室 (海田町栄町5-13)

講師: 古庄 立弥 先生(瀬野川病院 副院長)

対象: どなたでも参加できます

参加費: 無料

定員: オンライン参加 100名

会場参加: 各会場30名程度

参加を希望される方は、地域包括支援センターまでご連絡ください。(連絡先: 082-820-3711 担当 山根)

認知症地域支援推進員 山根映子