

「消費生活センター」から身近な情報をお届け

不審な電話に注意
個人の携帯電話に大手通信会社を名乗る人から「携帯料金未払いになってる」「〇〇万円入金しないと裁判を起こす」といった不審電話が増えています。携帯電話への着信には相手の番号が表示されますが、「不明」や「通知不可能」と表示されるケースも確認されています。
このような表示がされた電話には出ないようにしましょう。他にも、市役所職員を装った還付金詐欺の予兆電話も多発していますので、もし不審な電話がかかってきたら安易に信用せず一旦電話を切るなどし、家族や友人に相談することで被害を防ぐことができます。

投資や副業などの儲け話に注意
インターネットやSNS上で投資や副業などの儲け話や「楽して稼げる」「簡単に儲かる」と書かれた広告を見つけたら、実際にやってみようという相談が寄せられています。広告などを見てもアクセスしないようにしましょう。
インターネット上の投資や副業の儲け話で、簡単にお金を稼ぐことはできません。実態や仕組みがわからない儲け話には十分注意してください。困ったら一人で悩まず消費生活センターや警察に相談しましょう。
※引き続き、ニセ電話詐欺に注意しましょう。

不審な電話や投資・副業などの儲け話に注意しましょう

市民課消費生活センター ☎22-9122

「地域でいきいき」通いの場 VOL.75

平戸市では、週に1回以上集まり、「平戸よかよか体操」や趣味活動を行う住民主体の通いの場が86か所あります。このコーナーでは、各地区の「高齢者の通いの場」を毎月紹介します。

☎ 長寿介護課高齢者支援班(地域包括支援センター) ☎22-9133

「みんなでするから続けられる」

古江地区では、古江町公会堂の広いスペースで毎週通いの場を開催しています。「自分のことは自分自身でできるように」を合言葉に、自宅を出て、メンバーと触れ合いながら介護予防に取り組んでいます。



こぶし 古江小富士会

Interview

代表
よこやま えみこ
横山 恵美子さん



広報ひらどの通いの場の記事を見て、「古江地区でも始めてみよう!」という声が上がりが活動を開始しました。

活動日/毎週日曜日
午後2時~午後3時30分ごろ
活動場所/古江町公会堂
開催地区/古江

「古江小富士会」の3つの特徴 (参加者からの声)

名前の由来

「小富士山に見守られながら、いつまでも元気に過ごしたい」との想いから、古江小富士会と名付けました。

通いの場でのメンバーの役割

通いの場の活動資金確保のため、椿の種を集めて販売しています。また、公会堂周りの掃除など地域の環境整備に努めています。

新たな目標に向けて

無理のない程度で続けています。80代のメンバーも参加しており、いつも元気ももらっています。



「通いの場」への参加率が高い高齢者ほど、転倒や認知症、うつリスクが低い傾向にあることがわかっています。まだ参加していない人は、近くの通いの場へ参加してみませんか?

「平戸よかよか体操」オリジナルCDおよびDVDを無償貸し出し中です!
また、平戸市ホームページでも動画を公開しています!

Liefs uit Hirado (平戸から、皆さんよろしく) vol.3

2月になりましたが、改めて明けましておめでとうございます。私は毎年、年が明けてから、昨年を反省して、今年も同じように昨年を振り返り、自分の人生が大きく変化した1年だったと思います。
オランダも日本と同じく、お正月は家族と一緒に過ごす祝日となっています。しかし、自分にとって、今年のお正月は違うものでした。1月の初旬にこのコラムを書いている私は、オランダの家族や友達と離れ、新年を迎えることとなり、その距離を実感しました。このことを寂しいと感じる人も多いと思いますが、自分としては、このような寂しい気持ちがあることで、大切

な人との絆を再認識でき、その大切な関係を失うどころか、より強いものになったと思います。
昨年は、自分の状況が大きく変化した年でしたが、今年には前向きな覚悟を持っていきます。オランダでの大切な絆を忘れずに、日本でも新たな場所を作り始めることができます。
オランダ人は大晦日に、自分で花火を買って、それを打ち上げて、家族や友人と一緒に新年を迎えます。昨年末は、市外にいましたが、そこでオランダのお正月のように花火で空が輝いているのを見て、また新しい生活が始まるという気持ちになりました。

年末年始の過ごし方



国際交流員
パオデワイン
・ファーレグ
(オランダ出身)

文化交流課交流推進班 ☎22-9143