

「消費生活センター」から身近な情報をお届け

「地域でいきいき」通いの場 VOL.70

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83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

わが家のようにくつろげる場所

「通いの場」は、公民館や集会所だけでなく、自宅の中にもあります。身近にある「通いの場」なので歩き慣れた道を参加者と一緒に通うことができます。馴染みの人が多いので参加者同士の話に花が咲きます。



笑和会

活動日 毎週日曜日 午前10時～正午ごろ

活動場所 自宅

開催地区 度島中部

立ち上げたきっかけ 日ごろから近所の人たちが集まる場所となっていたので、「自宅でよかよか体操をしたら良いのでは」と思い開始しました。

Interview

もとおか よしゆき
本岡 義行さん
(度島町)



笑和会の3つの特徴 (参加者からの声)

よかよか体操で体の変化を実感

リハビリが必要だった参加者は、「足腰が強くなった。体操が楽しみ」と喜んでいます。

心も健康に

我が家のように体も心も休まる空間です。体操が終わってもつつい長居することも……。

生活に目標(楽しみ)ができた

参加者が元気に参加できるように、クリスマス会など季節ごとにイベントを行っています。

「通いの場」で心も身体も健康に

「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！

ニセ電話詐欺被害防止のコールセンター開設

先月号でニセ電話詐欺について紹介しました。

8月、詐欺被害を防止するため、長崎県警の「ニセ電話被害防止コールセンター」が開設されました。

コールセンターの役割

このコールセンターは、警察がニセ電話詐欺の犯行グループなどから押収した名簿に電話番号が掲載された人に対して、詐欺の手口や対策について電話でお伝えするものです。

実施期間・運用時間

▼期間 令和5年1月31日(火)まで

▼時間 午前9時～午後5時

コールセンターの発信番号

☎0120-110-019



コールセンターをかたる詐欺にもご注意ください

コールセンターは、ニセ電話詐欺防止の注意喚起を行うもので、口座番号や暗証番号を尋ねたり、現金などを要求することは絶対にありません。

もし、コールセンターを名乗りお金を要求するような電話があったときは詐欺を疑いましょう。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。

☎ 市民課消費生活センター ☎22-9122

国際交流員の日記

你好,平戸

vol.21

卓球だけでなく

平戸市民体育祭が9月4日から開幕します。私はバドミントン競技に参加します！「あれ？卓球ではないの」と思う人もいます。中国を代表するスポーツといえ「卓球」のイメージが強いと思います。

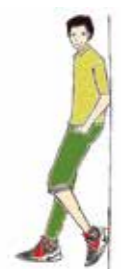
でも実は、中国では、卓球のほかにバスケットボール、サッカー、テニスなどのスポーツも人気があります。私が中学生から高校生だった時期に、中国出身のプロバスケッボール選手、姚明が、NBAのヒューストン・ロケッツで活躍しました。クラスマートフォンにはNBAが大好きな人も多く、特に男子生徒達はその話題で盛り上がっていました。そして男子生徒達



国際交流員
丁睿朗
(ティ・エイロウ)
(中国出身)

は、かつこつけようと制服の片足の裾だけを膝まで上げて、ふくらはぎとバスケットボールシューズを見せる面白い姿を今でも思い出します。

スポーツには国境を超える力があると私は信じています。東京夏季オリンピックをきっかけに五輪のモットーである「Faster Higher Stronger (より速く、より高く、より強く)」に、新たに「Together (ともに)」が加わりました。まさにスポーツは、人々の心と心をつなぐ象徴的なものだと思います。皆さんも、好きなスポーツを存分に楽しみましょう！



▲中学のクラスマートの絵 by 丁

☎ 文化交流課交流推進班 ☎22-9143