

# いきいき！ちいき！通信

令和6年8月  
葉月

お問い合わせ：

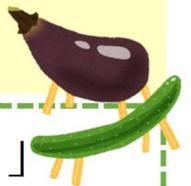
北秋田市北部地域包括支援センター

北秋田市花園町 16 番 1 号 0186-67-8020

まだまだ暑い日が続きます。

体調崩されませんよう、ご自愛ください。

## 8～9 月の行事紹介



七日市公民館

### 心と体の健康教室「はびっと」

綴子公民館	8/5(月)	9/9(月)
七日市公民館	8/6(火)	9/10(火)
沢口公民館	8/8(木)	9/12(木)
七座公民館	8/9(金)	9/13(金)
坊沢公民館	8/19(月)	9/30(月)
栄公民館	8/22(木)	9/26(木)

時間⇒13：30～15：00

※七座のみ 10：00～11：30



まちかどカフェ

### 認知症カフェ

「まちかどカフェ」

○参加者の交流、  
認知症についてのお話や体操等

8/21(水) 9/18(水)

10：00～11：30

コムコム 2 階 創作スタジオ

介護者ほっとカフェ

「くーらーくーる」

○情報提供、介護相談、語らい等

8/20(火) 9/17(火)

10：00～11：30

コムコム 2 階 創作スタジオ



どの行事も参加費無料、申し込み不要です。ぜひお越しください！

# 「地域の集まり」に参加させていただきました！



## その言葉、だまされないで！

「還付金があるから ATM に行って」「携帯電話の番号が変わった」「あなたの口座が犯罪に利用されている」これらは特殊詐欺の可能性が高いです。特殊詐欺とは、不特定の方に対し対面することなく、電話やメール等を使って、現金等をだましとる詐欺のことです。特に高齢者の被害が後を絶ちません。自分は大丈夫と思っていませんか？被害にあわないために、詐欺の手口を知ることが大切です！

### ●オレオレ詐欺

電話を利用し「息子」「孫」「警察」等を語り、言葉巧みに現金やキャッシュカードをだましとる手口

※「電話番号が変わった」と言われても、元の番号で確認しましょう

### ●還付金等詐欺

市役所や社会保険事務所職員等を語り「医療費の還付金がある」等電話や文書を送付して、ATM を操作させ、現金をだましとる手口

※「還付金」を ATM で返還することはありません

### ●架空請求詐欺

「サイト料未払い」「退会手続きが必要」などと料金を請求するメールや文書を送付して現金をだましとる手口

※メール等に記載された連絡先に連絡してはいけません

電話やメールでお金の話になったら、一人で判断せずに、家族や警察署、警察相談専用窓口（#9110）、消費者ホットライン（188）に相談しましょう

