

いきいき！ちいき！通信

令和7年



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

立春を迎え暦の上ではもう春ですが、厳しい寒さはまだ続きます。
空気が冷たく乾燥しているので、風邪や火事に十分注意しましょう。

2～3 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	2/10(月)	3/10(月)
七日市公民館	2/4(火)	3/11(火)
沢口公民館	2/13(木)	3/13(木)
七座公民館	2/14(金)	3/14(金)
坊沢公民館	2/17(月)	3/17(月)
栄公民館	2/27(木)	3/27(木)

時間⇒13：30～15：00

※七座のみ 10：00～11：30

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

2/19(水) 3/19(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

2/18(火) 3/18(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！

特殊詐欺にご注意ください！！

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、現金等をだまし取る詐欺のことです。特に高齢者の被害が後を絶ちません。「還付金があるからATMに行って」「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。

自分は大丈夫と思っていないですか？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」等をかたり、言葉巧みに現金やキャッシュカードをだまし取る手口

※「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

※警察等の場合は所属と名前を控え、電話をおり返す方法があります

●還付金詐欺

市役所や社会保険事務所等をかたり、「医療費の還付金がある」等と電話して、ATMを操作させ、現金をだまし取る手口

※「還付金」をATMで返還することはありません

●キャッシュカード詐欺盗

警察等を装い、「キャッシュカードが不正に利用されている」などとして、嘘の手続きを説明しキャッシュカードをすり替える手口

※警察等が口座の暗証番号を聞いたり、カードを封筒に入れさせたりすることは絶対にありません

●劇場型詐欺

複数の人物が登場し、「老人ホーム（介護施設）の入居権を譲ってほしい」「名義貸しは犯罪だ」など言葉巧みにお金を支払わせる手口

※老人ホームや介護施設への入所は申請が必要です。入居権はありません

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！

