

No.35 としぼっぽ新聞

詐欺多発警報発令中

だまされないで!!

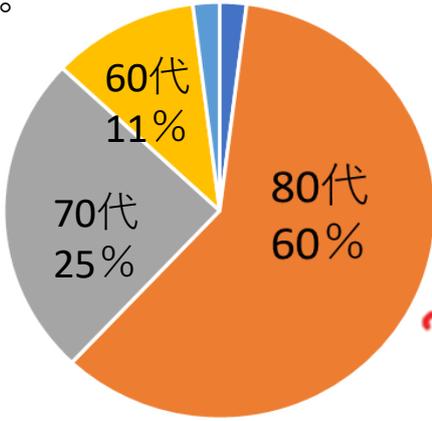
柏市内において、令和4年の電話で詐欺の被害額は約3億2千万円。前年と比べ、約1億4千万円増加しています。
 手口としては「オレオレ詐欺」「キヤッシュカード詐欺」「還付金詐欺」が多くみられます。



「地域包括支援センター」は、介護保険法に基づいて作られた、65歳以上の方のための相談・支援を行う機関です。市役所の委託で運営しています。



柏市内の被害者年代別内訳は、60代以上が96%を占め、被害に遭われた方の大半が高齢者です。



- 被害者の95%は「自分は被害に遭わない」と思っていたそうです。
- 最も有効な対策は「電話にでない」、「犯人と話さない」ことです。
- 留守版電話の活用
- 知らない番号には出ない
- 家族や友人、近所と連絡をとる
- 防犯対策機能付電話の活用
- ナンバー表示機能の活用、なども効果があります。
- 「おかしいな?」と思ったら、柏西口地域包括支援センターや警察にご相談下さい。

新人あいつ



みちかわ いく
 社会福祉士：路川 生

昨年9月よりプランナーとして入社しておりましたが、4月より社会福祉士として勤務しております。どうぞよろしくお願いいたします。

5月より勤務しております。以前は病院で看護師をしておりました。皆様のお役に立てるよう頑張りますので、よろしくお願いします。



みやた ともえ
 看護師：宮田 朋恵



ながしま しげき
 保健師：長嶋 茂樹

5月から勤務しています。早く地域の一員として力になれるよう、一つ一つの関りや学びを大切に頑張りたいと思います。よろしくお願いします。

あなたのライフスタイルは活発？それとも不活発？

アクティブシニアという言葉聞いたことはありますか？はっきりした定義はありませんが総務省は『自分の価値観を持ち、定年退職後や還暦後でも、趣味やさまざまな活動に意欲的で元気なシニア世代のこと』としています。
健康寿命といわれる期間をいかに過ごすか、何がしたいか出来ることを考えましょう。



講座：「ライフスタイルを考える」
～アクティブシニアを目指して～
日時：令和5年7月19日(水)
13:30～15:00まで
場所：柏市医療連携センター
対象者：65歳から75歳までの男女



《元気のもとはお口から(*^▽^*)》

生きる力は自分の歯で食べられることに直結しています。

自分の歯はもちろんですが、入れ歯になってもよく噛める人は健康寿命が長いことが分かっています。

- ・以前に比べ固いものが食べにくくなった
- ・お口が乾く
- ・ちょっとしたムセがある
- ・滑舌が悪くなってきた

お気づきになることはありませんか？

それ！お口のフレイルです。

日常生活に支障がないことに気付くことは難しいのですが、放置するとどんどん口腔のフレイルは進んでいってしまいます。

お口の健康を保つことは健康寿命を延ばすことにもつながります。

かかりつけの歯医者さんを持ち、気付いたことを相談してみましょう。

食べること = 生きること

お口の健康が自分を守ります！！

お口の健康を考えてみましょう。



豊四季台地域では、「さんあいネットワーク」という誰もが困ったときに助け合える繋がり作りに取り組んでいます。

パンフレットが柏西口包括にありますので、興味がある方は是非お気軽にお声かけください。



朗らかニコニコ教室

★いつまでも住み慣れた地域でいきいきと自分らしく暮らすために！

今から健康作りに取り組みましょう！★

★みんなで一緒に楽しく、「講話の受講」や「簡単な運動」等を行います。

●場所：豊四季台近隣センター

●日程：毎月 第3金曜日

●時間：午前10時～11時30分まで

●対象：65歳以上の方

●申し込み：要予約

(柏西口地域包括支援センター

04-7142-8008)

●無料

※新型コロナウイルスの影響で変更や、中止になる可能性もあります。

西口包括の窓口や豊珠会ホームページで随時情報を更新していきますが、予めご了承下さい。

