

# 安佐・安佐南 地域包括だより



広島市安佐・安佐南  
地域包括支援センター

〒731-0121

広島市安佐南区中須 2-19-6 3階

TEL (082) 879-1876

FAX (082) 879-7764

2024年4月発行 NO.72

## 広島市安佐・安佐南地域包括支援センターって？

安佐中学校区・安佐南中学校区で、総合的に相談を受けたり、介護予防の推進、権利擁護、虐待の早期発見・防止などの支援を行うセンターです。

## 「いきいき百歳体操」を取り組んでおられる

### グループの紹介をします！！



## スカイハイツ相田いきいき体操

スカイハイツ相田いきいき体操は、昨年4月に活動を開始され、一年が経過します。スカイハイツ相田マンション集会室で毎週水・土曜日 9時30分から活動しています。参加者からは「地域活動が減っている中、人と繋がる場が出来て良かった」という声もいただきました。

毎月最終水曜日には百歳体操が終わった後にサロンを開催しており、マンションの中での困り事や近況報告など貴重な情報交換の場にもなっています。



## リガーレ 100 歳体操

リガーレ100歳体操は昨年9月に活動を開始され、拠点の中では一番新しい体操教室です。リガーレ1階多目的室で毎週水曜日10時から楽しく参加されています。

「体操を始めて体が楽になった」「皆で楽しく体操ができ、家から近い場所にあるので本当に良かったです」と言われました。困りごとがあれば話し合いながら解決し、会場準備もグループごとで交代しながら運営されています。

皆さんの仲の良さが写真から伝わってきますね。



**注意**

**特殊詐欺件数 10年で最多！！**

**全国の被害総額は 441 億 2 千万円！**

2023 年の特殊詐欺の認知件数が 1 万 9033 件となり、直近 10 年間で最多となりました。全国の被害総額は前年比 70 億 4 千万円増の 441 億 2 千万円になり、2 年連続で増えています。広島県は 342 件で被害総額は 8 億 7873 万円となり、件数、被害額とも増えています。

特定の電子マネーで被害金を請求する手口やパソコンなどの画面に「ウイルスを除去する」などと表示して被害者から連絡させる手口が多くなっています。

安易に連絡をとらないように、身近な人に相談しましょう。

困ったときは、一人で悩まず広島市消費生活センター  
《☎082-225-3300》までご連絡ください。

**2024年**

**<4月・5月・6月の地域包括支援センターの予定>**

- 4月15日（月）13:30～14:30  
大町集会所 のびのびサロン「栄養、脱水について」
- 5月20日（月）13:30～14:30  
大町集会所 のびのびサロン「おそうじ術、終活について」（仮）
- 6月12日（水）10:00～11:00  
毘沙門台学区集会所 「消費者被害について」
- 6月17日（月）13:30～14:30  
大町集会所 のびのびサロン「お口の健康について」（仮）



お問い合わせ先

広島市安佐・安佐南地域包括支援センター 電話：082-879-1876

※写真の掲載につきましては、ご参加いただいた方のご了解をいただいています

<お詫びと訂正>前号の発行年月に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

誤) 2023 年 10 月 → 正) 2024 年 1 月