



めだか通信

2023年8月号



相田支部発行

連日の猛暑、熱中症警戒アラートも出てこれまでにない日々ですが皆様はお変わりありませんか。これからの夏本番を、しっかり水分補給をし、エアコンを上手に利用して乗り切りましょう。

「けんこうチャレンジ2023」に参加しましょう!!

目的	生活習慣を見直し健康づくりの習慣を身に付ける
取り組み期間	7月～10月のうち30日又は60日間
報告カード締切	11月30日
参加方法	①チャレンジコースを決める ②チャレンジ ③報告カードを提出 (抽選で記念品のプレゼントがあります)

★申込用紙ご希望の方は、下記へご連絡ください。
健康まちづくりセンター・今岡 090-7120-1662
相田支部・藤田 082-878-5071



<くらしの学校のご案内>

日時	9月26日(火) 10時～11時30分
場所	安ふれあいセンター2階(相田4丁目3-32-9)
内容	「AED」を使った緊急時の対応
講師	広島共立病院・中村認定看護師
申込先	藤田 878-5071 日高 878-8033
締切り	9月10日まで

★ささやかですがお弁当、お茶を準備してお待ちしています。
尚、出資金のご協力をお願いします。
★車でのご来場はご遠慮ください。

注意

7億円当選！？ 心当たりのないメールは無視

【事例】

スマホのSMSに「7億円当選した」という通知が届いた。受領するための手続きだと言われ、様々な名目の費用を請求され、これまでに電子マネーで150万円ほど支払ったが、いつまで経っても当選金が振り込まれない。

「コンビニの端末機で購入した電子マネーの払込票が残っていると当選金が支払えなくなる」と言われたので、全て捨ててしまった。姉からも借金もした。お金を取り返したい。

◎申し込んでないのに、宝くじや懸賞などに当選することはありません。大金が当選したというメールやSMSが来ても鵜呑みにせず、すぐに削除し相手には絶対に連絡しないようにしましょう。

◎「当選金を受け取るため」などと言って事前にお金を請求されたら詐欺です。後で元が取れるなどと思わず、絶対にお金を支払わないでください。支払ってしまうと、取り戻すことはほぼできません。

◎周囲の人は、高齢者に変わった様子がないか日頃から気を配りましょう。

●困った時は、一人で悩まず消費者生活センターにご相談ください

※広島市消費生活センター ☎ 082-225-3300



何か相談したいことがあれば、
広島医療生協居宅介護支援事業所 (☎879-1870)
又は、お近くの地域包括支援センターへご連絡ください。