

# めだか通信

2023年11月号



相田支部発行

## <出資金の名義変更について>

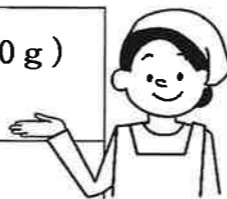
平素、出資金のご協力に感謝とお礼を申し上げます。この度、出資金の名義変更に関する件で、健康まちづくりセンター職員と支部役員が同行し、各ご家庭を訪問させていただいております。組合員ご本人様がお亡くなりになられた場合、また県外に転居された場合でも、「脱退」か「ご家族が引き継ぐ」ことも出来ます。そのままになっている場合、ご不明な点等々も含め、今一度ご確認して頂きご一報をいただければと思います。ご相談は、健康まちづくりセンターの今岡がお受けします。遠慮なくご相談下さい。お待ちしております。

連絡先 082-879-8124 (健まちセンター・今岡)

## かんたんレシピ <さつまいもご飯>

①米は洗って30分以上浸水させ水気を切っておきます②さつまいもを2cm角に切り水に10分ほどさらします③炊飯器に米、水、合わせ調味料を入れ、水気を切ったさつまいもをのせて炊飯します④お茶碗によそい、黒いりごまをふりかけて完成!

材料4人分	米 2合	さつまいも 1本 (250g)
	水 適量	
合わせ調味料	(A) みりん 大さじ2	
	(A) 酒 大さじ2	
	(A) 塩 小1	黒いりごま 適量



## ～機関紙配布のお願いです!!～

- (1) 相田1丁目4～8の10件
- (2) 相田2丁目8～10の7件
- (3) 相田3丁目62～64の19件
- (4) 上安2丁目13～25の11件
- (5) 上安2丁目31～32の23件
- (6) 上安2丁目42、46、47、49～51、53の23件。以上、数件でも構いません。配布のご協力をどうぞ宜しくお願い致します。

連絡先 082-879-8124 (健まちセンター 今岡)



# みなさん! 詐欺の犯人に騙されない自信がありますか?

※ダメされないと思っている人が、なぜ騙されるのか…?

私は騙されない自信があるわ!

特殊詐欺は20年も前から多くの方が被害にあわれています。なぜだと思いませんか?

詐欺のこと知らないからじゃないの?

いいえ! 特殊詐欺の被害にあわれた方の多くは、「特殊詐欺のことは知っていた」「自分は騙されないと思っていた」と油断されていました。

油断してるつもりはないんだけど…

犯人は、**ダメすプロ**です! みんなダメされる可能性があります。今日から「自分は大丈夫」と思わないで「自分も被害にあうかもしれない」と思って、**ダメされないための準備**をしておきませんか?

防犯対策は**広島県警察のHPの「減らそう犯罪」防犯指針⇒高齢者の安全確保に関する防犯指針**に詳しく記載されています。ご家族やご友人等と一緒に確認してみてください。



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。