



こんにちは 保健師です

皆さんが健康で元気に過ごすための役立つ情報をお届けします
 地域包括支援センター(福祉子育て支援課) ☎ 56-2022



悪質商法や詐欺にご注意を!!

高齢になると、誰しも判断力や理解力の低下が起き、健康面や金銭面に不安を抱えて生活している人も少なくありません。そのため高齢者は、そういった不安に付け込む悪質商法や詐欺などの被害に遭いやすい傾向があります。

また、悪質商法や詐欺の手口は年々高度化しており、高齢者本人は騙されていることに気付かないというケースが多く見受けられます。被害を防ぐためにも家族や周囲の人が見守るとともに、困り事などがあるときに高齢者が相談しやすい関係づくりをしておくことが大切です。

高齢者とその周りの方に気付いてほしい 消費者トラブル 最新10選

1. 屋根や外壁、水回りなどの“**住宅修理**”
2. 保険金で住宅修理できると勧誘する“**保険金の申請サポート**”
3. “**インターネットや電話、電力・ガス契約切り替え**”
4. “**スマホ**”のトラブル
5. 健康食品や化粧品、医薬品などの“**定期購入**”
6. パソコンの“**サポート詐欺**”
7. “**架空請求**”、“**偽メール・偽SMS**”
8. 在宅時の突然の“**訪問勧誘、電話勧誘**”
9. “**不安をあおる、同情や好意につけこむ勧誘**”
10. 便利でも注意“**インターネット通販**”

(参考：独立行政法人 国民生活センターHP)



高齢者の消費者トラブルを防ぐために 見守りチェックリスト

家の様子について

- ☐ 家に見慣れない人が出入りしていないか
- ☐ 不審な電話のやりとりがないか
- ☐ 家に見慣れない物、未使用の物が増えていないか
- ☐ 見積書、契約書などの不審な書類や名刺などがいないか
- ☐ 家の屋根や外壁、電話機周辺などに不審な工事の形跡はないか
- ☐ カレンダーに見慣れない事業者名などの書き込みがないか

本人の様子について

- ☐ 定期的にお金をどこかに支払っている形跡はないか
- ☐ 生活費が不足したり、お金に困っていたりする様子はないか
- ☐ 何かを買ったことを覚えていないなど、判断能力に不安を感じることはないか

(参考：独立行政法人 国民生活センターHP)

困ったときの相談窓口

消費者ホットライン

☎188(イヤヤ!)

お近くの消費生活センターや消費生活相談窓口につながります。

警察相談専用電話

☎#9110

(携帯電話からも可)

電話をかけた地域を管轄する警察本部などの相談窓口につながります。

法テラス(日本司法支援センター)

☎0570-078374

法的トラブルでの悩みについて、適切な法制度、関係機関を紹介します。



生涯学習の窓

教育・文化・スポーツのホットな情報をお届けします
 教育委員会社会教育担当 ☎ 56-2183



図書室の本が 入れ替わります!!



中央・トナム両図書室では、毎年5月と11月に道立図書館から300冊の本を借用し、半年間借りることのできる「大量一括貸し出し事業」を行っています。

11月下旬ごろより、それぞれの図書室で貸し出し事業を開始予定ですので、ぜひこの機会に図書室をご利用ください。

これからどんどん寒さが増し、外出するのがおっくうになる時期だからこそ、普段あまり本を読まない方も1冊手に取って、お家でゆっくり読書活動に励んでみませんか？

中央図書室 (占冠村コミュニティプラザ内)
月曜日～土曜日 (日曜・祝日は休館)
午前9時～午後6時 ※午後1時から無人となります。
トナム図書室 (トナムコミュニティセンター内)
月曜日～金曜日 (土日・祝日は休館)
午前8時30分～午後5時15分

読書週間📖 本を読もう!

毎年10月27日～11月9日の2週間は「読書週間」と呼ばれ、全国的に読書活動を強化する期間と定められています。秋の夜長に読書してみませんか？

図書室の取り組み

古本市

10月8日(火)～11月8日(金)までの1カ月間、占冠村コミュニティプラザ(廊下)において資源の有効活用を目的に「古本市」を開催しています。

どの本も1冊10円で販売中ですので、気になった本をぜひ手に取ってみてください！



ブックフェスティバル

読書週間に合わせ、10月28日(月)～11月9日(土)の間、中央図書室で図書室職員おススメの本を集めた「本の福袋」を配布しています。

どんな本が入っているのかは開けてからの楽しみ！自分では普段選ばない素敵な本と出会えるチャンスです！ぜひ中央図書室にお越しください！



- ▶ **本の借り方** 本の中の貸し出しカードに自分の個人番号と借りる日付を記入し、カウンター前の「貸し出しカード入れ」に入れてください。
- ▶ **貸出期間** 借りた日から2週間(1人5冊まで)
- ▶ **返却方法** 中央図書室：入り口の左側にある返却ブックポストへ
トナム図書室：入り口付近の返却ブックポストへ