

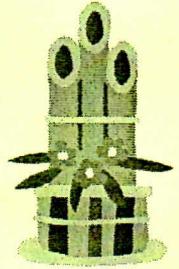
岐阜市地域包括支援センター

# 北部だより

第28号  
H26年1月

あけましておめでとうございます

本年もよろしくお願ひ申しあげます

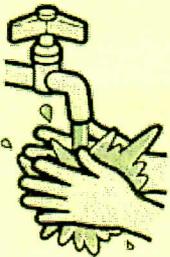


今年も北部だよりでは、みなさまが住み慣れた地域で元気で安心して生活していただけるよう、様々な情報をお届けしたいと思います。

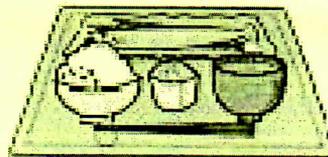
また日常生活で困ったこと、心配なこと、気になることなど、地域包括支援センターへお気軽にご相談ください。

## 寒い季節を元気で過ごすために

○手洗い、うがい



○栄養バランスのよい食事



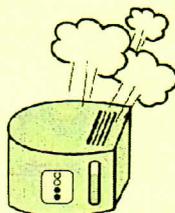
○水分補給



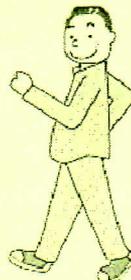
○十分な睡眠



○保温、保湿



○適度な運動



○リラックス



# 悪質商法にご注意を！！

## ★ 高齢者を狙った悪質商法が多発しています ★



### ● オレオレ詐欺

息子や孫を装い、「電話番号がかわった」等の電話の後、トラブル処理などの名目で振り込みするように電話があります。

\* まず電話を切って、家族に連絡を



### ● 還付金詐欺

市職員を名乗り、「医療費として払ったお金が戻ってきます。これから、ATMへ行って還付の手続きをして欲しい」など、不審な電話が相次いでいます。

\* 市からいきなり電話で還付金のお知らせをすることはありません



### ● 押し買い

不意に来訪した業者から買い取りを勧誘され、冷静に判断できないまま契約してしまうことがあります。

\* 不意に訪問を受けても買い取ってもらう意思がなければ毅然と断ってください

**「おかしいな？」**と思ったり、困ったときは、**家族や民生委員、友人、隣人、地域包括支援センター**または**岐阜市消費生活センター**（TEL058-268-1616）にご相談を！！

「岐阜市地域包括支援センター北部」

○担当地区 鷺山・常磐

○ご相談は無料です

○秘密厳守

住所：岐阜市南蝉2丁目122番地  
北川ビル1階

TEL：058-295-4510

担当：露武尊・神谷・西村・川出

