

振り込み詐欺にご注意ください

宇部市において、市職員を装った医療費名目の詐欺まがい電話があったというご相談がありました。

市の給付課職員と名乗り、「昨年末に医療費還付金の案内のハガキをお送りしましたが、手続きがされていません。手続きが今日までなので、フリーダイヤルに電話してください。」などという電話があり、電話をしたところ「何時までにスーパーに設置してあるATMで手続きをしてください。」と言われたが、不審だとの問い合わせが消費生活センターに多く寄せられています。

市町の職員が還付金のことで携帯番号を聞いたり、通帳の残高を確認したりすることはありません。不用意に個人情報漏らすことのないよう、また、類似する詐欺まがい電話には十分にご注意ください。

◆問い合わせ／商工観光課 ☎ 79 - 1003

島のくらしをおすすめ分け  
 夏コース  
 ○布わらじづくりコース  
 ■日時／7月5日(土)  
 午後1時～午後5時  
 ■場所／橘地区(安高)  
 山口県柑きつ振興センター  
 研修館  
 ■体験料／1500円  
 ■受入人数／10人  
 ■募集締め切り／6月25日(水)  
 ○ウニ割り体験コース  
 ■日時／7月10日(木)  
 午後1時～午後3時  
 ■場所／橘地区(西安下庄)  
 ■体験料／4000円  
 ■受入人数／4～8人  
 ■募集締め切り／6月30日(月)  
 ※雨天中止。また、海の状況により開催できない場合は、

前日に連絡します。  
 ■申し込み・問い合わせ／  
 周防大島くらし体験ネット  
 ワーク事務局(農林課内)  
 ☎ 79 - 1002  
 7月1日はこころの日  
 癒しの演奏会・公開講座  
 ■日時／7月13日(日)  
 午後1時～4時  
 ■場所／大島文化センター  
 ■内容／  
 ・癒しの演奏会「Kユニット」  
 ・公開講座「うつ病について」  
 ・相談・展示コーナー  
 (入場無料)  
 ■問い合わせ／  
 日本精神科看護技術協会  
 山口県支部  
 ☎ 0836(51)6222

元気ですか？  
 お気ですか？  
 元気な時から  
 介護予防に取り組みましょう  
 うわが町周防大島町で  
 輝いて生きよう100歳に挑戦！

高年齢化のすすむ本町は、一人暮らしや75歳以上高齢者二人暮らし世帯も多く75歳以上高齢者の割合は年々増加しています。高年齢は転倒・膝の痛み・義歯の不調などが原因で心や体の機能が低下し介護が必要になることが増えてきます。寝たきりなど介護が必要な状態にならないよう、いつまでも住み慣れた町で過ごすために、元気な時から生活習慣病の予防や介護予防に取り組むことが大切です。そのため、4月から介護保険課に介護予防を行う「介護予防班」が設置されました。これは予防から給付までを一課で行い、切れ目のない予防重視の対策を充実強化するものです。高齢になってもいきいきと生活できることを目指し、みなさんと一緒に介護予防を行っていききたいと思います。

元気な時から介護予防に取り組むためには、心や体の衰えの兆しに早く気づくことが大切です。頭や体を使わない生活は筋力や意欲を低下させ転倒骨折や認知症などを招くことにもなります。65歳以上の方(介護保険認定者を除く)に実施される生活機能評価を受けて自分の心や体の状態を知り毎日の生活に介護予防を取り入れていきましょう。介護予防班では、介護が必要な状態にならないよう生活機能向上のための転倒予防教室や認知症予防プログラムなど各種の介護予防教室や、地域に向向いての介護予防に関する講話や健康相談などを行います。詳細は広報やチラシなどでお知らせしますのでみなさんふるってご参加ください。

介護保険課へのお問い合わせ・相談は次の相談窓口までお気軽にご連絡ください。

○高齢者の介護予防に関すること  
 介護予防班  
 ☎ 77 - 5506

○高齢者の介護・保健・医療・福祉など総合相談  
 地域包括支援センター  
 ☎ 77 - 5506

○介護保険に関すること  
 介護保険班  
 ☎ 77 - 5503

周防大島町保健師  
 齋藤 美登里  
 (介護予防班)

