

# 高齢者を狙う！詐欺に注意！

オレオレ詐欺、架空請求詐欺、給付金詐欺など、さまざまな手口の詐欺が発生しています。公的機関を名乗る、家族をたくみに装い誘導してくるなど注意が必要です。まずは焦らず家族や警察、相談機関に連絡・相談を！

給付金の手続きは今日までですよ。急いで・・・

オレ、だけど。事故を起こしお金が必要・・・

カードが不正利用されてる・・・

未払いの督促状（民事訴訟最終通告書など・・・）が突然届く。

私が代わって屋根の修理について保険会社に請求しますよ



スマートフォン、パソコン利用での詐欺にも注意！

不審なメールやSMSは開封しない！  
リンク先をクリックしない！アクセスしない！

●●銀行のセキュリティ向上のため・・・

http://000

金融機関やクレジット会社など有名企業になりすまして個人情報やだまし取ったり、広告宣伝でたくみに誘導したりします！  
リンク先をクリックしない、知らない人からのメールには返信しないようご注意ください！！



## 焦らず、家族や警察、相談機関に連絡・相談を！

- 杉並区振り込め詐欺被害ダイヤル 03-5307-0800 (24時間対応)
- 杉並区立消費者センター 03-3398-3121 (平日9:00~16:00まで)
- 消費者ホットライン 188
- 杉並警察署：03-3314-0110、高井戸警察署：03-3332-0110  
荻窪警察署：03-3397-0110 ※緊急の場合は110番してください。

# ～私たちのまちの素敵な人～



成田西にお住いの丹羽美智子（にわみちこ）さんです。

今年100歳になります。生まれ育った名古屋の土地を離れて、杉並に引っ越してきたのは2年前です。「老いては子に従え」という言葉通り、一大決心して杉並に参りました。住めば都。今ではご近所の方々との挨拶も毎日の日課になっています。服薬や通院することもなく子供たち家族と会う機会に恵まれ、充実した毎日を送っています。

元気の秘訣は、毎日心の中で、4つの感謝をしていることです。①親に感謝 ②亡き夫に感謝 ③子供に感謝 ④友人に感謝 です。家族や友人知人に守られているのかもしれませんが、もともと勝気で、周りはハラハラしていますが、一人で近くのお店に出かけます。その他、週2回は外出して運動やおしゃべりを楽しんでいます。家では、暇に任せてバランスボールに乗ったり、俳句を作って句会に応募したりして過ごしています。

これからも、できるだけ家族や周りに迷惑をかけるないように、そして、自分の楽しみを続けていけるように工夫して、杉並で生活したいと思っています。



あいうえお  
Let's  
脳トレ

## ～脳トレ問題チャレンジ～

漢字しりとり階段

△ヨコ→タテ→ヨコに2つの言葉が□で繋がります。空いたマスには、それぞれのリストから漢字を入れて、しりとりをしましょう。



1	□	□	和	□	□	念
	□	行	□	□	□	□
①のリスト	□	路	□	□	□	声
裏日平腹	□	□	術	□	□	彩
秋線地話	□	□	□	□	□	□
	3	□	回	□	□	□
③のリスト	□	□	撃	□	□	□
手念終学	□	□	記	□	□	□
日遊向最	□	□	□	□	□	心

