

高陽・亀崎・落合地域包括支援センター

# ほうかつだより

第11号 令和5年9月発行

(発行)

広島市高陽・亀崎・落合地域包括支援センター  
住所) 安佐北区亀崎一丁目1-6 ジググラ高陽2階  
電話) 841-5533 FAX) 845-8811  
営業時間) 月曜日～土曜日 日曜日・祝日休み  
8:30～17:15 (窓口は9:00～17:15)

## ～あなたも「認知症サポーター」になりませんか？～

### ●「認知症サポーター」ってなに？

認知症の方が住み慣れた地域で暮らし続けるために、「認知症についての正しい知識を学び、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者」です。

「認知症サポーター養成講座」では認知症かも？困っているかも？という時の対応について学ぶことができます。

♡ “特別何かをしなくてはいけない”ということはありません♡

皆さんは自分にできることから始めています。



### ●どうしたら「認知症サポーター」になれますか？

地域包括支援センター開催の「認知症サポーター養成講座」を受講しましょう！

- ・受講料は無料です。
- ・おおむね5名集まれば受講できます。
- ・開催場所は、小・中学校、高等学校、民間企業、地域の「いきいきサロン」等どこでもできます！
- ・受講するとサポーターの証「サポーターカード」をお渡しします。



問い合わせ・申し込み  
広島市高陽・亀崎・落合地域包括支援センター  
TEL: 082-841-5533

認知症サポーターの証！  
あなたも「認知症サポーター」  
になりませんか？

# 包括職員

## 特殊詐欺に引掛かる

先日、佐川急便よりメールが届きました。不感なくメールを開き指示通り進むとドコモのホームページ。ドコモを利用しているのに「ポイントがたまる新しい方法が...?」とウキウキしながら個人情報を入力・送信。すると...真っ赤な画面...不安。恐怖からお客様相談窓口へ連絡・相談。オペレーターからは「それは詐欺!!」「個人情報抜き取ろうとしている!!」と教えてもらうが個人情報は...送信済!! 即時パスワードとか変更する必要が...

変更後は何事もなく、忘れて頃には知らない番号から連絡...。出てみるとドコモお客様相談窓口。「ドコモオンラインで携帯電話(金額12万円)を購入されましたか?」との確認。購入していないことを伝え、申込日を確認すると佐川急便からのメールがあった日。詐欺の可能性がある為、注文はキャンセルとなり金額は発生していませんが...今後のことを考えると不安です。



### 三宅恵子の共にいつまでも

我が家には2匹の猫がおります。7歳と8歳、人間ですと44歳と48歳くらいになります。飼い主似の食いしん坊で、6kgと9kgのふっくら体型です。年齢的にも体型的にも心配になっているのは健康です。年齢的には腎臓病や口内炎や歯肉炎に、肥満体型から脂肪肝や肝硬変、心筋症、糖尿病、椎間板ヘルニアになりやすいです。飼い主の私も他人事ではありません。食事・運動・睡眠に、心掛けていきたいものです。また、この酷暑、終日クーラー稼働中です。給水器も増やし熱中症に警戒中です。いつまでも共に元気でいたいものです。



### ホームページ あります

ホームページからご相談いただくこともできます。



地域包括 koyo



## 市税などの納付のショートメールによる呼びかけについて

★令和5年7月より★

広島市より市税や国民健康保険料など、納付期限を過ぎても納付の確認が出来ない方に新たに携帯電話のショートメールでの呼びかけを開始しました。

同時に納付催告書を郵送します。

● ショートメール送信番号 ●

- ・050(5369)4910
- ・+8150(5369)4910
- ・21053

この番号は、送信専用となります。お問い合わせは徴収第四課(安佐北区担当)へ連絡をお願いします。

連絡先: 082(504)0413  
082(504)0414

◆ 注意点 ◆

ショートメールには、個人情報保護よりお名前の記載はしていません。納付済みの場合でも、行き違いで連絡があることがあるかもしれません。便乗した詐欺もあると思われまますので、送信番号とともに、文面をよく読み不明点があれば、徴収第四課(安佐北区)に相談してください。