



### 高齢者を狙った詐欺事件多発 緊急警報発令中！！

最近山科区では高齢者を狙った詐欺事件が頻発しており、どえらい被害額が出ています。

今回は先日当センターの担当地域で実際に起こった詐欺事件の手口をお伝えしますので、よく読んで、だまされないように改めて注意していただきたいと思います。

手口としては・・・

①最寄りの金融機関を名乗る女性から「もうじき今のキャッシュカードが使えなくなります。今から当銀行の行員がキャッシュカードを交換するために伺いますので、お渡しください」と電話がある。

②しばらくするとスーツを着た二人組の男性がやって来て、「〇〇銀行の者です。先ほどお電話でお伝えしましたとおり、キャッシュカードを新しいものに交換するため一旦お預かりします。なお、カードの交換には暗証番号の入力も必要なのですが何番でしたでしょうか？」と言葉巧みにキャッシュカードを預かり、暗証番号を聞き出す。

③そのままカードを持ってとんずら。

④その直後に最寄りのコンビニのATMで一日にカードで下せる限度額の50万円を下ろす。という単純かつ大胆不敵かつ、素早い手口です。

こんな単純な手口にだまされる人おるんかいな？とお思いの方もいらっしゃるかと思いますが、先日引っ掛かってしまった方は、たまたまこの詐欺電話があった日の朝に「介護保険料の納付通知書」が自宅に送られてきており、その保険料の支払い方法がどうすればよいのかわからなくなっているときに、ちょうどこの電話があったため、何だか「役所から依頼されて派遣されてきた銀行員」と頭の中で勝手に解釈してしまい、うまいことだまされてしまったとのことでした。

「わたしは大丈夫」と思っている人でもこういった要件が重なるとついついだまされてしまうこともあるのです。いくら注意しても注意し過ぎることではないので、今一度だまされないように肝に銘じてください。

最近の詐欺事件の頻発を受け、京都府警では「愛の水中花」の替え歌の「サギの流行歌」という歌で詐欺への注意喚起を図っております。

「これもサギ あれもサギ  
たぶんサギ きっとサギ」  
改めてご注意を！！



アオサギ  
ペリカン目サギ科アオサギ属に分類される鳥類

### 北花山元気倶楽部 9月 行事予定

9月5日

目の話&体操

目も身体も同時に鍛えましょう！

9月12日

敬老パーティー 落語寄席

ゲスト： 立命亭王茶偉さん

立の家雷八さん

立命亭柚幸さん

9月19日

十五夜パーティー

9月26日

お花のリースづくり



そのほかの元気倶楽部の臨時的予定

「元気倶楽部 文化班」

日 時：9月22日 午後2時～

場 所：やぐらの家

内 容：軍手を使ったうさぎづくり

参加費：100円（材料費）



# 9月行事カレンダー

## カレンダーの各行事の説明



1日(金)	②みどりの径
2日(土)	③六兵卫池公園
3日(日)	
4日(月)	④洛和グループホーム山科鏡山
5日(火)	⑧北花山
6日(水)	⑦かもと
7日(木)	①柳田邸横私道 ⑩やぐらカフェ
8日(金)	②みどりの径
9日(土)	③六兵卫池公園
10日(日)	
11日(月)	④洛和グループホーム山科鏡山
12日(火)	⑧北花山
13日(水)	⑨みささぎ
14日(木)	①柳田邸横私道
15日(金)	②みどりの径
16日(土)	③六兵卫池公園  ⑥日ノ岡
17日(日)	
18日(月)	④洛和グループホーム山科鏡山  鏡山ほほえみカフェ
19日(火)	⑧北花山
20日(水)	⑦かもと
21日(木)	①柳田邸横私道
22日(金)	②みどりの径  元気倶楽部文化班
23日(土)	③六兵卫池公園
24日(日)	
25日(月)	④洛和グループホーム山科鏡山
26日(火)	⑧北花山
27日(水)	⑨みささぎ
28日(木)	①柳田邸横私道  ⑤別所町
29日(金)	②みどりの径
30日(土)	③六兵卫池公園

9月のみ別所町は第1、4木曜に変更になります

### 公園体操

音楽に合わせて行う20分ほどの簡単な体操です。申し込みも不要ですので、どなたでもお気軽にどうぞ。雨天の場合は中止になります。「のぼり」が開催の目印です。

会場名	開催日時	費用	備考
①市田公園／柳田邸横私道	毎週木曜日 午前9時30分	無料	①の会場は引き続き柳田邸横の私道ですので、お間違いのないように。
②みどりの径	毎週金曜日 午前9時30分	無料	
③六兵卫池公園	毎週土曜日 午前9時30分	無料	
④洛和グループホーム山科鏡山	毎週月曜日 午前9時30分	無料	

### 元気倶楽部

京都市の筋トレ指導者養成講座を終えられたボランティアさんの指導による室内で行う軽い運動です。時間は1時間30分程。介護予防のため、一緒に汗を流しましょう。**水分とタオルの持参をお忘れなく。**

名称	会場	開催日時	費用
⑤別所町元気倶楽部	別所町自治会集会所	第2、4木曜日 午前10時	無料
⑥日ノ岡元気倶楽部	高齢サポート日ノ岡	第3土曜日 午前10時	無料
⑦かもと元気倶楽部	こんこう会館	第1、3水曜日 午後2時	100円
⑧北花山元気倶楽部	北花山公会堂	毎週火曜日 午後2時	200円
⑨みささぎ元気倶楽部	洛和ホームライフみささぎ	第2、4水曜日 午前10時	無料

\*お持ち帰り工作等を行なった際には100円追加で頂くことがあります。  
\*途中参加でも途中退場でも参加費は同額です。

### オレンジカフェ

認知症の人でもそうでない人もみんなが集って自由に悩みごとなどを相談し合える空間です。お飲み物とたいご学園さんのおいしいお菓子が付きます。

名称	開催日時	費用
⑩やぐらカフェ	第1木曜日 午後2時～4時 (時間内なら出入りは自由です)	200円

公園体操以外の事業は雨天の場合も原則実施しますが、朝9時の時点で**台風の接近等による警報が発令されている場合はお休みとします**ので、ご注意ください。また、**インフルエンザ等の感染症が流行っているときは当方の判断で急きょ中止とすることもあります**。ご了承ください。開催の時は入り口前に「元気倶楽部」のノボリを立てています。ノボリの出ない場合は中止となります。電話での実施の照会は当日朝9時から対応しています。その他、ご不明の点がございましたら当センターまでお気軽にお問い合わせ下さい。

**高齢サポート・日ノ岡**  
京都市日ノ岡地域包括支援センター

Tel: (075) 595-5575  
Fax: (075) 582-6087  
E-mail: [hinooka@ryokujukai.com](mailto:hinooka@ryokujukai.com)



# 北花山元気倶楽部にて七夕パーティーしました

去る7月4日に北花山元気倶楽部では昨年に続き、七夕パーティーを行いました。

ボランティアさんが笹を人数分用意してくださり、みんなで飾りを作って短冊に願い事を書きました。

いろんな願い事を書いていただきましたが、「早くお迎えに来て欲しい」というのはもはや、七夕におけるご高齢者の定番の願い事と言えるでしょう。でもそんなこと書く人ほど長生きするんですよ。

いつまでもお元気でこの元気倶楽部に参加を続けてくださいね。



ちなみに織姫と彦星は七夕の7月7日に一日だけ会えるというのは皆さんご存知の七夕の逸話ですが、この二人はどれくらい距離が離れていると思いますか？

織姫は「ベガ」、彦星は「アルタイル」という星なのですが、この二つの星はなんと16光年離れているらしいのです。

これをメートルで表すと153兆キロメートルという途方もない距離になります。

年に1度しか会えないのに光の速さで16年もかかるってすさまじい距離ですが、宇宙全体の規模からするとごく近所ということになります。何だか宇宙の壮大さを感じる話です。



# セブンイレブンさんとの交流会を開催しました

今回はいつものリレートークのコーナーはお休みさせていただいて、先日開催いたしました、「やましな認知症サポート連絡会」とセブンイレブンの皆さんとの交流会の様子を報告させていただきます。

（「やましな認知症サポート連絡会」とは何かの復習ですが、これは山科区内の介護保険事業所が中心になって認知症の理解をもっと広げていき、認知症になっても住みやすい街づくりをしていくことを目的に平成27年に結成された自主組織です。愛称は「やまサポ」です）

「若者の店」と思っていたコンビニのお客さんも随分高齢化が進んでいるようで、最近では認知症と思しきご高齢のお客さんへの対応にも頭を悩ませているそうです。

当日は最初にご自分で買いものに行けないご高齢者等を対象としたセブンイレブンの宅配サービスの紹介や、セブンイレブンの取り組んでいるCSV：Creating Shared Value（社会問題の解決と企業の利益、競争力向上を両立させ、社会と企業の両方に価値を生み出すための経営フレームワーク）なんのこっちゃ？要は企業活動しながら、社会問題の解決にも寄与して、企業の価値を高めていく活動？というような意味だと思うのですが、その概要が説明されました。

次に包括の圏域ごとにグループを作って、それぞれの圏域内にあるやまサポの会員事業所とセブンイレブンの店舗の従業員や経営者の皆さんと認知症にまつわる課題について意見交換を行いました。

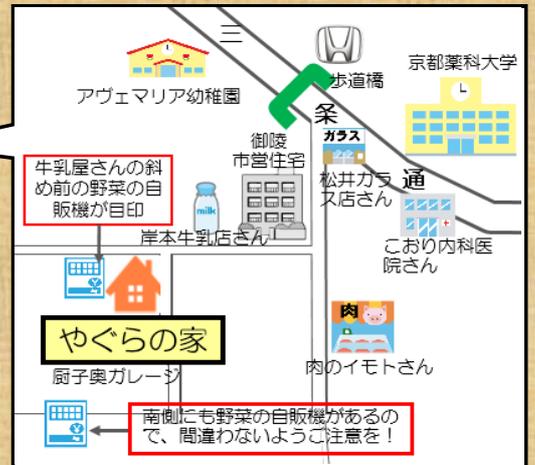
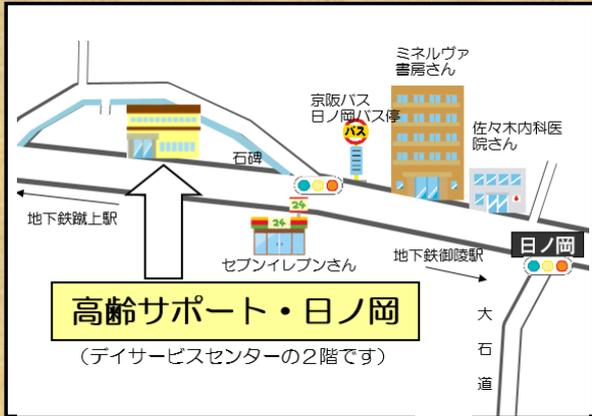
当センターのグループでは認知症の方なのか、そうでない方なのかの見極めができず、対応に苦慮した経験から対応のマニュアルが欲しい、認知症かどうかの見極め方を教えてほしいといった意見が出ていました。また、あきらかに精神疾患でアルコール中毒と思しき高齢者が大量に酒類を買っていくのを、どうすればよいかわからず、言われるがままに売っていたが、本当によかったのか悩んでいるといった声もあり、改めて認知症の正しい理解を広げていくことと、認知症で支援が必要な方の情報共有（あくまで本人や家族から了承を得たうえで）が必要だと痛感しました。

大変有意義な交流会で、今後は他のコンビニチェーンや他業種にも広げていきたいと考えております。引き続きやまサポの活動にもご注目ください。

ちなみにセブンイレブンのロゴは「ELEVEn」で最後のnは小文字って知ってました？

# 日ノ岡 日常生活圏域 元気マップ

各会場の大まかな地図です  
お越しになる際にご参照ください。



最新情報はフェイスブックで絶賛更新中です。  
「高齢サポート・日ノ岡」で検索してみてください。  
パンダのマークが目印です。