

かしまだ包括 虹便り 第33号

- 特集 ① 詐欺に注意！各自で防犯を！ 【1面】
 ② 冬の防災 寒さを防ぐ保温術 【2面】
 ③ 災害時の持ち出し品・備蓄品の
 チェックリスト 【3面】
 ④ 空き巣の被害も多発しています 【4面】

＜特殊詐欺に注意！各自で防犯を！＞

手口① 警察官や銀行協会等の職員をかたる。

- ・キャッシュカードが不正に利用されている。
- ・口座から現金が引き出されている

と電話で告げ被害者宅に赴き、カードをだまし取る手口があります。

こんな手口も
あります！



「カードを使えなくするため、ハサミで切り込みを入れます」などと言って、キャッシュカードに切り込みを入れ、使えなくなったと安心させてカードをだまし取る手口もあります。キャッシュカードに切り込みを入れても、使える場合がありますので他人にカード等は絶対に渡さないようにしましょう。

手口② 電気やガス、水道の点検業者をかたる。

訪問をきっかけに、業者から様々な点検や別の工事の契約を勧誘される場合もあります。業者は不安をあおったり、「今日ならキャンペーン中」

「特別に安くする」と契約や工事の決断を急がせます。



もしかして！？怪しいな？と思ったら
警察や消費者行政センターへ
連絡しましょう

幸警察署 548-0110

消費生活トラブルで困ったときは…

相談窓口電話番号

044-200-3030

月～金曜日9:00～16:00/土曜日10:00～16:00
*日曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)を除く
 *金曜日は電話相談のみ19:00まで受付 *土曜日は電話相談のみ受付

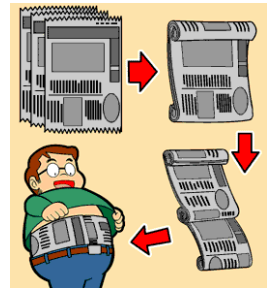
4面へ続く⇒

＜冬の防災：寒さを防ぐ保温術＞

冬の時期の大きな災害でライフラインがストップしてしまうと家の中でも室内温度が下がってしまいます。冬に被災をした時に体の外から温める方法をご紹介します。

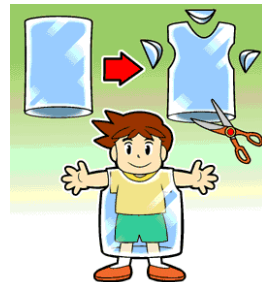
①新聞紙や食品用ラップで腹巻

新聞紙を二つ折りにして、お腹をおおいます。その上からラップを巻き付け、腹巻きのように使用すると、保温効果が上がります。



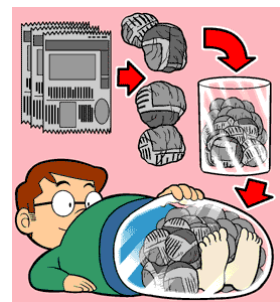
②大きなゴミ袋で防寒着

ゴミ袋の底の中心を頭の通る大きさに、さらに左右を腕の通る大きさに切り、身に着けるようにしましょう。新聞紙があれば袋の内側に巻くことでより温かくなります。



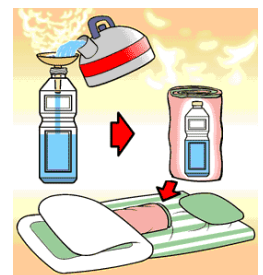
③大きなゴミ袋と新聞紙で簡易ひざ掛け

新聞紙1枚1枚を軽くつぶす位にして、ゴミ袋に入れていきます（朝刊1～2日分を目安）新聞紙を入れたゴミ袋に足を入れると、少しずつ温かくなっていきます。



④空いたペットボトルで湯たんぽがわり

空いたペットボトル（角柱のほうが強い）に熱湯を半分くらい注ぎふたをしっかりと閉めて、タオルを巻き付けると湯たんぽがわりになります。



⑤使い捨てカイロで動脈の部位を温める

寒い時はつい手先や足先を温めがちですが、首・脇・太腿・腰といった動脈のある部位を使い捨てカイロなどで温めると効果的です。

＜災害時の持ち出し品・備蓄品のチェックリスト＞

（□はチェックにご活用ください）

貴重品

- 現金（小銭含む）
公衆電話用の10円玉など
- 健康保険証
- 身分証明書



情報収集用品

- 携帯電話（充電器）
- 携帯ラジオ（予備電池）
- 家族、親戚、知人の連絡先
- 筆記用具



食料等（大人1人3日分の必要なものの一例）

- 飲料水 9リットル（1日3リットルが目安です）
- 非常食 レトルトごはん（7パック）、乾パン（1食）、肉・魚などの缶詰（5缶）、即席めん（1個）、レトルト食品（2パック）

清潔・健康

- 救急セット
- 常備薬
- お薬手帳コピー
- トイレットペーパー
- 着替え・タオル
- 厚手のウェットティッシュ（体を拭くのに有効）



普段から少し多めに食材を買っておき、使ったら使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の食料を家に備蓄しておく
ローリングストックもおすすめです。



便利品

- 防災ずきんやヘルメット
- 懐中電灯（予備電池）
- 使い捨てカイロ
- 笛やブザー（音で居場所を知らせる）



- ビニール袋・ゴミ袋
- アルミ製保温シート
- 食品用ラップ
- スリッパ
- 雨具
- 簡易トイレ



感染症対策にも有効です

- マスク
- 手指消毒用アルコール
- 石鹸・ハンドソープ



- ウェットティッシュ
- 体温計
- ビニール手袋



ご自身の環境に合わせて必要なものを準備してください。

出典 首相官邸、農林水産省、日本赤十字社ホームページ

＜空き巣の被害も多発しています＞

空き巣の主な侵入経路としては窓や無施錠箇所からの侵入です。

防犯のポイントは

- ・戸締りを徹底する
 - ・窓には補助錠や防犯フィルムを取り付ける
 - ・建物の周りに足場となるものを置かない
 - ・植木の剪定をこまめに行い、家の周りの見通しをよくする
- など、日頃から防犯対策を立てましょう。



さらに、「外出する時は留守を悟られない工夫」をしましょう。
 (例えば、新聞や郵便物をためない、室内の電灯をどこか
 一箇所点け、家人が在室しているようにみせるなど)

川崎市では、安全・安心まちづくり対策員による一戸建て住宅や
 アパート・マンションなどの防犯診断を無料で実施しています。

【防犯診断とは】

空き巣などの防犯対策を進める上で、塀や植栽など家の外周や構
 造、ドアや窓の鍵等防犯設備の状況など防犯上の問題点を診断し、
 アドバイスを行うものです。(原則として屋内には入りません)
 申し込み方法：月曜日～金曜日(休日を除く)の午前9時から午後
 5時の間に、電話もしくはファックスでご相談ください。

【申し込み・問い合わせ先】市民文化局市民生活部地域安全推進課
 電話 044-200-2284 ファックス 044-200-3869

かしまだ地域包括支援センターのご案内

- * 高齢者とそのご家族の総合相談窓口(無料)です。
- * 来所、電話、訪問による相談をお受け致します。
- * 秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

相談時間 月曜日～土曜日 9:00～17:00まで

〒212-0027 川崎市幸区新塚越201ルリエ新川崎6階

TEL: 044-540-3222

(鹿島田駅前のマルエツが入っているビルの6階です)

担当地域

北加瀬・矢上
 鹿島田・下平間
 古川町・新塚越