

播磨町デイサービス

書 高見ひかる

令和 七年 七月号

発行元
播磨町
デイサービス
センター

振り込め詐欺講座

この度六月九日と十七日の2日間、加古川警察の警察官の方が来られ、「振り込め詐欺講座」が行われました。

それによると、昨年度の兵庫県でもっとも多かった特殊詐欺被害は、還付金詐欺、続いて架空料金請求詐欺、オレオレ詐欺だったそうです。最近ではSNSを利用した投資詐欺やロマンス詐欺など高齢者だけでなく現役世代を狙った犯罪も増えているそうです。

途中、実際に詐欺犯人が役所の職員になりましたした内容の実録音声データーが紹介されましたが、犯人はとても丁寧な口調で本物の役所の職員かと思ひ込んでしましそうな臨場感で、皆さんゾクッ！とされた緊張感がこちらにも伝わってきました。

警察官の方がおっしゃるには詐欺にあわないためには

一、知らない人からの電話には出ない。

二、間違つて出てしまった時にはすぐ電話を切ることが大切だそうです。

講座の後、職員がみなさんは騙されませんか？と質問されると「大丈夫です。」「騙されません」と自信をもって返答されました。それを見てとても心強く思いました。

この度の振り込め詐欺講座は初めての試みでしたが、これを機にご家庭でも詐欺対策についてもう一度検討いただければ幸いです。

飯田 珠子



職員紹介



介護職 門田 美紀

●この仕事を始めたきっかけは？

4年間介護してきた母の死

●仕事をするうえで大切にしていること

利用者さんみなさんを自分の親、身内だと思ひ接する。

●播磨デイの魅力は？

とにかく元気！利用者さんと職員の距離感が近い。

●みなさんに一言

いつも皆さんに元気をもらい楽しく働かせてもらっていることに感謝しています。まだまだ未熟な私ですが元気いっぱい頑張りますのでこれからもよろしくお願いします。

- 出身地 加古川市
- デイサービス歴 2年11か月
- 家族構成 主人・長男・長男の嫁・孫二人・次男
- 趣味・特技 登山・パッチワーク

とっておきの一枚



18歳の私

6月生まれの方々



おたんじょうび
おめでとう!!



【うちわ】
盆踊り

うちわ手にして 輪にはいり

T・O

【サルスベリ】
夏の最中

暑くても咲く サルスベリ

【鮎つり】

鮎が釣れると 登竜灘に 行ったこと

【うちわ】
ふうわりと

うちわの風の なつかしさ

K・I



7月は熱中症予防強化月間です

気温・温度が高くなる夏は室内でも熱中症なる危険があります
高齢者の方は熱中症になると重症化しやすい為、特に注意です

熱中症を防ぐポイント

① 水分補給

こまめに水分をとる！

高齢者の水分摂取量は食事以外で1,000～1,500ml必要であると言われています

多量の汗をかいた時は経口補水液などミネラルを含む物を飲み普段は麦茶や水などで水分を補いましょう

② 衣類の調整

通気性が高く吸水性・速乾性があるものや体を冷やす効果がある素材の服を着る

首を冷やすなど冷却グッズも活用しましょう

③ 温度調整

クーラーを使ったり部屋の風通しを良くする

※風が直接当たると冷え過ぎるので注意

④ 十分な睡眠

夜更かしせずに早目に就寝する

⑤ バランスの良い食事

一日3食しっかりと食べること！

※冷たい物は胃腸の働きを妨げるので食べ過ぎ注意

⑥ 体力づくり

軽い運動やストレッチなどを行う

※涼しい室内や気温の低い時間帯に行いましょう

水分補給するタイミング

起床時・朝食時・十時・昼食時・十五時・夕食時・入浴前後・就寝時喉が渴いたと感じる前にこまめに水分補をして毎日元気に過ごしましょう

吉岡 なおみ

