身 近 な 福 祉 の 相 談 窓 口

2024年



第1号

# eスポーツ健康講座を開催しました!

#### ~eスポーツとは~

ゲーム機を用いて勝敗を競い合うスポーツです。 地域交流、認知症予防、健康増進等の効果が期待されます。

### ~代沢あんしんすこやかセンターでは~

ゲーム機器を使用してeスポーツを行うことで、他者交流、認知症 予防、運動機会の創出を目指します。

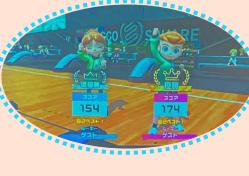


# 素敵なフォーム

ボウリングが流行し た世代の皆様!素晴 らしいフォームで投 球されていました!

#### ボウリング

ゲームですがかなりの運動 量で、「汗をかいたわ~」 「いい運動になった」との 声が聞かれました!





#### チーム戦!

4人対4人のチーム 戦を行いました。 チームで応援し合い、 盛り上がりました!

代沢あんしんすこやかセンターでは、今後もゲーム機器を使用したeスポーツの講座を開催予定です! ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください♪



裏面もご覧ください

## 高齢者を狙った悪質商法・詐欺に注意してください!

「かたり商法」 公的機関の名を かたり、「設置 することが義務 になりました」 などと言ってく る業者には注意 してください!



「二セ電話詐欺」

子どもや孫をよそおって、電 話で困っている状況を訴えま す。冷静に対処しましょう。

「点検商法」 社会や環境の 変化に合わせ て修理や工事 などを持ちか ける業者には 注意が必要で す。

なぜ高齢者が狙われやすいのでしょうか?>>



①自宅に一人でいることが多い。

高齢者のみの世帯が増加しており 誰にも相談できず被害にあう人が 多いと考えられます。

②様々な不安を抱えている方が多い。

悪質業者はそういった不安に 付け込んでくるのです。

健康上の不安

経済的な不安

孤独による不安

③「事を荒立てたくない」という気持ちがある。 だまされたとわかっても「周囲に迷惑をかけた くない」などの思いから相談できないケースが 多いので、狙われやすくなります。

被害防止のためのpoint!

その場で判断せず、あんしんすこやかセンター、 家族や地域の方、 消費生活センターなどに 相談してください!

☆消費者被害に関するご相談先☆

- 警察専用相談電話 #9||0 ※緊急の場合は#||0
- 世田谷区消費生活センター 高齢者(65歳以上)専用電話 03-5486-6501

あんしんすこやかセンターは世田谷区から委託 された身近な福祉の相談窓口です。秘密は厳守 します。安心してご相談ください。

窓口開設時間 午前8時30分~午後5時 (日曜・祝日・12/29~1/3を除く)



発 行: 代沢あんしんすこやかセンター

(地域包括支援センター)

住 所: 代沢5-1-15

代沢まちづくりセンター内

03-5432-0533

代沢あんすこ

検索

ホームページ

やっています!