

東部南だより

〒085-0813 釧路市春採 4-10-15 42-8222 ◇釧路市東部南地域包括支援センター

2023年5月1日（月）発行 [第204号]

釧路市内で国民健康保険料等還付金に係る不審電話が確認されています

釧路市内で国民健康保険料等の還付に係る不審電話が相次いで確認されています。「国民健康保険料の還付があり、通知を送っているが返事がないため連絡した」との内容で電話をかけ、普段利用する金融機関を聞き出したうえで「金融機関の者から電話をさせる」と一度切電し、その後、「金融機関職員」を名乗る者から電話で金融機関に行くよう指示しATMを操作させ、他人名義の口座にお金を振り込ませる手口を使っています。行政機関がATMに行かせて還付金を返すことはありません。

「ATMでお金が戻るはサギ！」です。今後も継続的に釧路市内に集中して電話がかかってくる可能性がありますので皆様におかれましては、速やかに広く「市内で特殊詐欺が相次いで発生している」旨と、「市内で還付金詐欺の予兆電話が確認されている」旨の情報の周知と、警戒の呼びかけをお願いいたします。



☆地域の“キラリッ”活動紹介☆

“番外編”『令和4年度 東部南地区に必要とされるサービス創出を考える会(第2層協議体)』にて出された意見報告(※一部抜粋)

- ★東部南地区にある“いいもの”再確認
 - ・東部南だよりで紹介された名人など素晴らしい人は沢山いる。こういう人たちを集めてちょっとした教室を開催して、得意分野の指導をしてもらい、趣味などの拡大につなげられないか。
 - ・町内会では、春から秋にかけて毎日ラジオ体操を行い、見守り活動の一つとしている。
 - ・買い物について、桜ヶ岡地区は生協を中心に資源が多い。歩いて買い物に行くことが難しい人は、トドックを利用している人が多い。
 - ・空き家や空き部屋のリノベーションをすることで、東部南から流出した層が戻ってくる可能性があるのではないか。
- ★東部南地区に今、これから必要なもの(足りないもの)は？
 - ・男性の活動が難しいと感じている。ボランティアも、男性ボランティアは女性に比べ少ない。※男性の担い手(ボラ)や参加者を増やすための工夫が必要
 - ・地域活動のマル健クラブ等を継続していくことが大切と考える。
 - ・コロナ感染拡大で中止にしている色々な活動ができるとうれしい(わたすげ興津)。



☆地域の“キラリッ”活動紹介☆



④④「益栄老人クラブ」～活動本格スタート😊お茶懇へ訪問しました！～



4/17(月)この日は、長いコロナ禍による活動休止を経て、久々のお茶懇開催となり、開催を心待ちにしていたメンバーの皆さんがニコニコ笑顔で集合されていました。坂本会長にお聞きしたところ、以前は会長のお宅を解放されていましたが、現会場は、町内の空き家を整備して“みんなのたまり場にしたい”そうです。益栄老人クラブさんでは、お茶懇やお遊びの会(レクリエーションやゲーム)、軽スポーツ等を通して、月2～3回の開催を予定中と教えていただきました。

「男性にもいてもらいたい！」との思いから、参加しやすい雰囲気作りもされていました。この日は、包括より『介護予防のお話しと脳トレ・軽体操』を出前講座としてさせていただきました。“フレイル予防”の家でも手軽にできる軽体操についてお話しした後、皆さんと一緒に脳トレ遊びを行い、カタツムリの歌に合わせて遊びや、左右の手を“トントン♪すりすり”と別々の動きをする脳トレを行い、歓声と笑い声があふれていました。



“発見！東部南の〇〇名人”取材、町内会・老人クラブの集まりや、サロン、サークル活動等、地域活動へおじゃまさせていただきます！今回の“キラリッ”でもご紹介させていただいた、老人クラブ、町内会、サロンへでの**介護予防やフレイル予防の講話・体操、認知症や介護保険についての講話等、「ちょっとこんな話を聞きたいのだけど…」**というご相談もお気軽にどしどしお寄せください！

また、**新たな集いの場の立ち上げ**の相談やサポートについても、お気軽に相談・ご連絡下さい。地域の皆さんと一緒に考えながら、楽しく地域活動のお手伝いをさせていただきます。お声がけおまちしております😊

〈担当〉生活支援コーディネーター：池田

釧路市東部南地域包括支援センター 2023年5月1日(月)第204号

東部南地区人口 20,167人(全市159,014人の12.6%)・高齢化率 44.6%(全市35.4%)・R5.3現在

住所：〒085-0813 釧路市春採4丁目10番15号 釧路市望洋ふれあい交流センター内

電話：0154-42-8222

E-mail: toora@kushiro-city-shakyo.or.jp

FAX: 0154-41-2588

URL: <http://www.kushiro-city-shakyo.or.jp>

