

若林あんすこレター

編集 若林あんしんすこやかセンター (地域包括支援センター)

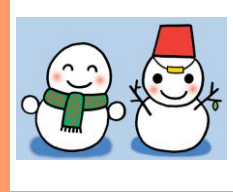
(社会福祉法人 こうれいきょう)

〒 154-0023

世田谷区若林1-34-2

第36号

令和4年 冬



消費者被害にご注意！（高齢者を狙う事例）



消費生活センターに寄せられている最近多い相談の事例とその対策です。

1. 点検商法

【事例】「お宅の屋根が大変なことになっている」「床下を無料で点検する」などと言い、業者から不要な工事を勧められたり、雑な工事をされ、かえってダメージを与えられた。

【対策】呼んでいない業者を家に入れたり屋根に上らせない、心配な箇所がある場合は別の業者にも見積もりを依頼する。

2. 押し買い

【事例】「不用品を買い取る」と訪問してきた業者に、貴金属なども出すように言われ、不当に安い価格で買い取られた。

【対策】売却したくない場合はきっぱりと断る。しつこく居座ったり、乱暴な口調で迫られて、身の危険や恐怖を感じたときは、警察に連絡する。

3. 自宅の売却のトラブル

【事例】不動産業者から「自宅を売却しても、家賃を払えばそのまま住むことができる」と長時間強引に勧誘され、安価で自宅を売却する契約をしてしまった。

【対策】契約の内容でわからないことがあれば、解決するまで契約しない。迷惑だと思ったらきっぱり断る。信頼できる人に相談して一人で対応しない。

4. 高齢者に多いインターネット関連トラブル

【事例】①無料アダルトサイトにアクセスしたら、いきなり高額請求をする「ワンクリック詐欺」

②ネット利用中に突然「あなたのパソコンはウイルス感染の危険がある」と警告表示を出し、海外の偽セキュリティソフトを購入させる。

【対策】ネット関連詐欺の支払いは「電子マネー」が主流です。「電子マネー」の購入を求められたら、一旦冷静になって考えましょう。

「おかしいな」「困ったな」と思った時は消費生活センターへ迷わず相談してください。

世田谷区消費生活センター 世田谷区太子堂2-16-7 世田谷区役所三軒茶屋分庁舎3階

相談専用電話 03-3410-6522

高齢者（65歳以上）専用 03-5486-6501

相談日時 ※祝・休日、年末年始を除く 月曜～金曜（電話・来所）午前9時～午後4時30分

土曜（電話のみ）午前9時～午後3時30分

日曜・祝日は消費者ホットライン ☎188 午前10時～午後4時（国民生活センター）

若林あんすこ活動報告

11月24日（水）若林まちづくりセンター活動フロアにて、『防災講座～在宅避難のススメ～』を開催しました。

地震が起こった際の避難行動についてや在宅避難のための備えとして必要な水や食料のお話があり、講話の後は、防災グッズの体験をしました。段ボールトイレを使って非常用トイレの作り方を教えていただいたり、非常用持ち出し袋の中身を確認したり、飲み物の入ったペットボトルに灯りをあてるとランタンのかわりになる体験をしました。参加者の方達で楽しくお話をしながら体験をしました。



1月20日（木）若林まちづくりセンター活動フロアにて、『レッツ！若返りリトミック』を開催しました。

国立音楽院認定音楽療法士・若返りリトミック講師 久保佳子先生のテンポの良い司会と、学生さんのキーボードに合わせ、懐かしい歌を歌いながら手足を動かしたり、ウツリする様な響きのトーンチャイムで合奏したり等、懐かしい歌・美しい音楽に包まれました。こころ・あたま・からだを楽しく動かしながら若返りました。



成年後見制度について



成年後見制度は判断能力が十分でなくなった方の権利や財産を守り自分らしく安全に暮らせるための制度です。

例えば、こんな時には成年後見制度・・・

- 介護費用を得るために、不動産の処分をしたいが、判断能力が不十分で一人で行うことが難しい。
- たびたび消費者被害に遭っていて、クーリングオフの手続きでは間に合わない。

法定後見制度

判断能力が不十分な方が安心して生活するために家庭裁判所が適任と思われる援助者を選び、本人を法的に支援する制度です。

- 将来、認知症などで、自分自身のことができなくなったときに備えて、今のうちに財産管理や介護の手配をしてくれる人を決めておきたい

任意後見制度

将来、認知症等で契約や支払いが出来なくなったときに備えて、「誰に」「どのような支援をしてもらうのか」をあらかじめ契約により決めておく制度です。

※成年後見制度についてもっとお知りになりたい方はあんしんすこやかセンターにご相談ください。

～シュガータイム（家族介護者の会）～

介護をしている中で「こんな時はどうしてる？」という疑問や近況、日頃の思いなどを集まって話しています。ホッと一息できる時間になればと思っています。年2回お役立ち講座を行います。

男性介護者の方も参加されています、お気軽にご参加ください。

日時：原則毎月第3金曜日 午後1時30分～2時30分

会場：若林まちづくりセンター 3階活動フロアー 参加費：無料

申し込み方法：若林あんしんすこやかセンター（TEL03-5431-3527）まで

*感染症予防、悪天候のため中止する場合があります。



はつらつ介護予防講座

毎回笑いがいっぱいのはつらつ介護予防講座。講座では、椅子に座ったまま出来る体操や介護予防のヒントになるお話をします。無理せず楽しく介護予防に取り組みましょう。

開催日：原則第2・4木曜日 時間：前半 午後2時～2時50分 後半 午後3時10分～4時

会場：若林まちづくりセンター 3階活動フロアー 参加費：無料

持ち物等：マスク着用、水分補給用の飲み物

*動きやすい服装と履き物でお越しください

申し込み：若林あんしんすこやかセンター（TEL03-5431-3527 FAX 03-5431-3528）



体操の様子



体力測定（握力他3種）



講師：本杉先生（左）
アシスタント：本田さん（右）

ご近所に気になる高齢者や介護者の方はいらっしゃいませんか？

介護が必要な高齢者がいる世帯では、介護者が様々な理由で介護負担やストレスを抱えてしまうことがあります。下記の例を参考に、気になる方がいらっしゃいましたら、あんしんすこやかセンターにご相談下さい。高齢者と介護者が良好な関係を築けるように支援していきます。

ご相談の秘密は厳守しますので安心してご連絡下さい。

<高齢者の様子の例>

- 不衛生な身なり等が続いている
- 最近姿を見ない
- 道に迷われているようだ
- 不自然な傷やあざがあった



<介護者の様子の例>

- ◎介護の悩みを聞いた
- ◎最近疲れているようだ
- ◎仕事に行けていないようだ
- ◎家から怒鳴り声が聞こえる

若林あんしんすこやかセンターでは、若林 1~5 丁目と
三軒茶屋 2 丁目在住の方々への支援を行っております。

「介護のサービスを利用するにはどうしたらいいの？」

「ボランティアとして地域の活動に協力したいな」

「障害者手帳がなくてもサービスを受けられるのかしら？」

「近所の高齢者の姿を見かけないので心配。どこに相談しよう？」

「赤ちゃんと一緒に遊びに行ける所を教えてください」

日常生活でお困りのことや、わからないことなど何かありましたら、お気軽にご相談ください。お電話をいただければ訪問もいたします。また、障害のある方、子育て中の方（妊娠中の方を含む）などの身近なご相談も承ります。

お問合せ・ご相談は・・・ 若林あんしんすこやかセンターは世田谷区から委託を受けています

若林あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）

☎ 03-5431-3527

FAX 03-5431-3528

世田谷区若林 1-34-2

<窓口開設時間>

月曜日から土曜日 午前 8 時 30 分~午後 5 時

日曜日・祝日・年末年始はお休みです。

☆相談は無料です

☆相談に関する秘密は厳守いたします

<http://www.koureikyou.jp/wakabayashi> (ホームページ)



【交通】●世田谷線若林駅下車 5 分

●世田谷線西太子堂駅下車 5 分

●バス「若林駅前」下車 6 分（渋谷駅~世田谷区民会館、新代田駅~大森操車所）