

熱中症に気を付けて！



熱中症警戒アラートが発令され、気温の高い日が続いています。
高齢者は、暑さや喉の渇きを感じにくく、体温調整の働きも低下し、熱中症にかかるリスクが高いといわれています。
民生委員が、70歳以上の一人暮らし世帯に、チラシを配布し、注意を呼びかけました。
熱中症は、命にかかわる病気です！しっかり対策し、暑い夏を乗り切りましょう！

熱中症対策として

- | | |
|------------------|-----------------|
| ★こまめに水分補給をする | ★エアコン・扇風機を上手に利用 |
| ★部屋の風通しを良くする | ★部屋の温湿度をこまめに測量 |
| ★シャワー・タオルで体を冷やす | ★暑いときは無理をしない |
| ★外出時は、なるべく涼しい服装で | ★日傘や帽子を利用する。 |
| ★涼しい公的場所・施設を利用 | ★緊急時の連絡先を確認する事 |



熱中症を防ぐために
マスクをはずしましょう

ウイルス
感染対策は
忘れずに！



近距離で
(2m以内を目安)
会話をする時は、
マスクの着用を

マスクをしてると
熱中症になりそう...



マスク着用時は

- 激しい運動は避けましょう
- のどが渇いていなくても こまめに水分補給をしましょう
- 気温・湿度が高い時は特に注意しましょう

のどが渇いていなくても
こまめに水分補給をしましょう

1日あたり
1.2L(リットル)を
目安に



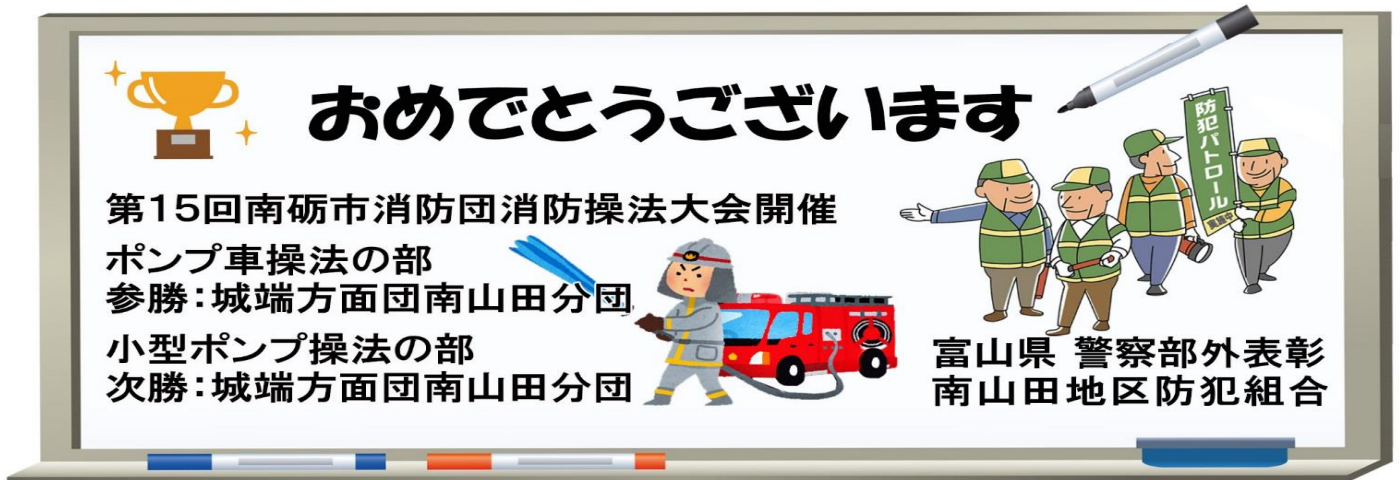
コップ約6杯

- 1時間ごとにコップ1杯
- 入浴前後や起床後もまず水分補給を
- 大量に汗をかいた時は 塩分も忘れずに



※水分や塩分の摂取量は
かかりつけ医の指示に従いましょう。

「安全・防災部会より」



おめでとうございます

第15回南砺市消防団消防操法大会開催
ポンプ車操法の部
参勝:城端方面団南山田分団
小型ポンプ操法の部
次勝:城端方面団南山田分団

富山県 警察部外表彰
南山田地区防犯組合

安全防災部会からのお知らせ

現在、防災紙芝居を製作中です。
紙芝居には、地域おこし協力猫の「にゃんと氏」も登場します。ご存知ですか？観光協会以南砺市を盛り上げる活動をしてる猫のキャラクターです。

紙芝居の絵は城端中学校美術部のみなさん
にお願いしたところ、快く引き受けていただき
ました。9月末に出来上がる計画を立てており
南山田文化祭でお披露目できるように、部会
でもセリフの内容校正などを頑張っています。

住民の皆さまに、楽しみながら防災知識を学ん
でいただきたいと思っておりますので、出来上がり
をお待ち下さい。



祝！！
右記の通り
南山田地区防犯組合様が
表彰されました。
おめでとうございます。

令和5年度
富山県警察表彰式

とき 令和5年7月6日(木)
午前10時
ところ 富山市新総曲輪1番7号
富山県警察本部9階大会議室

感謝状

南山田地区防犯組合様

貴組合多年にわたり自主発
活動を積極的に行進し、地域
防犯意識の向上に努め、安全
多岐にわたる活動に感謝の意を
表します。

令和5年7月6日
富山県警察本部
警民互石井敬千

【各部会報告】

☆学習・スポーツ部会 (部会長 松嶋裕治)

わんぱく塾 7/26(水)写生会

★ 7/29 (土)マナー教室

★10/21(土)ガーデニング教室

★12/9 (土) Xmas リース作り 実施予定

★は、親子で参加事業です

9/24(日) 南山田みなくるスポレク大会

10/29(日) 敬老会&文化祭は、8月末まで実行委員会にて内容決定



定員に満たない教室は中止いたします



☆安全・防災部会 (部会長 水上政明)

令和5年度 南山田地区防災訓練実施しました。

1、訓練実施日・・・7/23(日)午前8時～午前11時30分

2、訓練場所・・・南山田地区全域及びふれあい広場・JA 農協会館

3、訓練参加団体・・・南砺市消防団城端方面団、赤十字奉仕団、自治会、自主防災組織、南山田地域づくり協議会

4、【防災講演】 講師：NPO 法人プロジェクト 理事長 大坪久美子氏
 演題：みんなの力を活かす地域防災を進めよう

日頃から自分の身や家族の緊急連絡網の確保を今一度再確認して「命を守る」事を最優先して頂きたいと思います。

だより発行時事業終了。
御了承下さい



☆まちづくり部会 (部会長 大浦章一)

次回の資源回収は10月予定。ご協力の程宜しくお願い致します。

他に、まちづくり部会では、空き家対策・桜ヶ池ゴミ不法投棄監視

婚活推進 対応など、地区活性化のお手伝いの一環として活動しております。

気軽にお声をおかけ頂ければと思います。



☆健康・福祉部会 (部会長 山田 厚)

【みなくる会進捗状況】

実施状況	回数
7	4
8	4

皆さん、リラックスして(^_^)♪
詐欺商法お勉強の時間!



毎週木曜日・金戸公民館にて軽運動や談話しながら楽しい時間を仲間と過ごし、健康な日常を目指しています。今現在は、密にならないよう、注意を払い活動しております。

悪質商法・特殊詐欺にご用心!

あなたも知らないうちに! 富山県・富山県警察

点検商法
「お先に買ました」と言いつつ、家に訪問があり、「床下が腐っている」「床が割れている」などと言って不安をあおり、実際には必要のない工事や商品の契約を迫る。
●家に侵入しない!
●その場で契約しない!

特殊詐欺
電子マネーやクレジットカードで現金をせよめられる手口のほか、監視カメラを盗む人物が銀行口座の暗証番号を聞き出し、キャッシュカードをすり替えて盗み取られる。
●お金を支払わない! 電話でお金を送らない!
●不安なときは警察や家族にすぐ相談!
●断罪する!

マルチ商法(ネットワークビジネス)
「友人を紹介するだけでお金が入る!」勧誘に興味はないか? などと勧誘され、契約したが、思ふように友人を勧誘できず、収入が得られない。契約しても、契約時に購入した高額な商品のローンが残る。
●その場で契約しない!
●高額な商品を購入する際は必ず現金! 無理な勧誘で入会後を後悔してしまうおそれがある。

訪問購入(貴金属買取)
「不用品を買取」との電話があり業者が自宅を訪問。不用品には目もくれない「貴金属はないか」と迫られ、要求されるまま高値を買い取られる。
●売らなかつた品物を安値に業者に売らない!
●売却した場合は、契約書ももらおう!
●不用品を売る際は複数の業者から見積りを取って比較!

こんなインターネットトラブルにもご注意ください!

フィッシング詐欺
宅配業者を装ったショートメールが届き、URLへアクセスし個人情報を入力を求められる。後日、入力した情報を用いて、身に覚えのない商品購入代金を請求される。
●記録されたURLに安易にアクセスしない!
●ショートメールやSMS等を削除!
●個人情報を入力は慎重に!

架空請求
利用した覚えのない「デジタルコンテンツ利用料」「有料サイト利用料」を請求するメールが送りつけられる。大手ネット通販会社を装った請求や、「強引」「強制執行」などと不安をあおる脅し文句が書いてあることも。
●利用した覚えがなければ払わず。断罪する!
●請求者を連絡しない! ⇒ 高額な電子マネーを購入して支払いを指示される場合も

「しまった!」「困った!」「どうしよう!」そんな時は、まず相談 → 相談窓口は裏面



包丁研ぎは、第2水曜預かり、翌日木曜日返却とします！

南砺市は、高齢者の方を、振り込め詐欺や悪質な電話勧誘から守るため、**電話録音装置の無償貸与**を実施します。
対象は市内在住の高齢者（70歳以上）世帯です。

振込め詐欺
悪質な勧誘
健康食品の送りつけ誘法

安心・安全じゃよ。

・警告メッセージ機能

発信者
（発信者へアナウンス）
この電話は、振込め詐欺などの犯罪被害防止のため、会話内容が自動録音されます。

・高音質自動通話録音機能

発信者
自動録音

～お問い合わせ先～
南砺市役所 生活環境課 生活安全係
電話 (0763) 23-2035

南砺市消費生活センターです。
(7月10日)、南砺市内において、南砺市役所職員を名乗り「保険料の払い戻しがある」との不審電話が連続に発生したので、お知らせします。
このような電話は、「返金したいので、振込口座を教えてください」と言った後、電話で銀行やATMへ誘導し、現金を振り込ませるといふ手口になります。
保険料等の払い戻しについては、該当の方に文書でお知らせするか電話をした後、直接窓口に来てもらい対応しています。
保険料等の払い戻しで、職員と会うことなく、電話でのやり取りのみで、銀行やATMでの操作により払戻金をお返しすることは、一切行っておりません。
不審な電話や訪問を受けた場合は、すぐに南砺市消費生活センターへご連絡していただくか、警察にご相談下さい。
消費者ホットライン(TEL188)
南砺市消費生活センター(TEL0766-23-2035)

南山田交流センターへのご意見・ご要望をお寄せ下さい。

センター長 伊東 宏
事務員 杉本 澄子
事務員 大井 洋美

南山田交流センター ☎・FAX 62-3393
(9:00~17:00 土・日・祭日除く)
メールアドレス minamiyamada.kmn@gmail.com

編集後記



近年の豪雨・猛暑は、甚大な被害を各地にもたらしております。「異常気象」が「異常」ではなくなった時、人は恐怖を感じるのか、それともあるがままを受け入れ順応するのでしょうか。六次の隔たりをご存知ですか？ 全ての人や物事は6ステップ以内で繋がっていて、友達の友達…を介して世界中の人々と間接的な知り合いになることができる、という仮説。たったの5人媒介すれば誰とでもつながるなんて、世界は狭いんですね。
南山田地区内の皆様は、皆友達ですので、これからも仲良く、楽しい事業で盛り上がりましょう！ 今後とも、ご協力のほど、よろしくお願ひ申し上げます。(s・s)