



かっぱ通信

号外
パート2

県内でも発生

「新型コロナウイルス」に便乗した**詐欺**に気をつけましょう

給付金の支給を装った電話やメールでの詐欺、布製マスクの送付に便乗した送り付け商法等、新たな手口が予想されます。

給付金10万円が支給される。
口座に振り込むので通帳とキャッシュカード
を用意してほしい。市職員を向かわせます。



行政、警察などの公的機関、金融機関が

- ・ 訪問し通帳やキャッシュカードを預かること
- ・ ATMの操作や給付金の手数料の振り込みをお願いすること
- ・ 個人情報や電話やメールで問い合わせすること

は、**絶対にありません！**

被害に遭わないために

- ◎心当たりのない電話やメール等には反応しない！
- ◎個人情報は絶対に教えない！
- ◎「おかしいな」と思ったら、一人で判断せず相談する！

不審に思った時やトラブルに遭ったときには、相談を！

【広島市消費生活支援センター】

(082)225 - 3300 受付時間：10時～19時(火曜日休み)

【新型コロナウイルス給付金関連消費者ホットライン】

※給付金に関する消費者トラブルの相談受付

0120 - 213 - 188 受付時間：10時～16時

【最寄りの警察署や交番へ】

広島市南警察署：(082)255 - 0110



長い自粛生活で、体力や筋力が衰えていませんか？



これから通常の生活に戻るにあたって
身体がもとのように動けない、暑さに慣れてない等
体の準備が整っていないと、
転倒や怪我、熱中症の危険性が高まります。



※以下のことに気を付けて生活しましょう

普段の暮らし



★普段から動くことを意識しましょう

- ・テレビを見ながら足踏みをする
- ・トイレの帰りに部屋を一周する
- ・用事がなくても階段の昇り降りをする 等



運動時



★運動前にチェックしましょう

- 体温を測りましたか？ → 発熱はありませんか？
- 風邪症状(咳、喉の痛み等)はありませんか？
- だるさ、息苦しさはありませんか？

※運動して良いか心配な時には、かかりつけ医に相談しましょう



★できる事から少しずつ無理せず運動しましょう

- ・準備体操を行いましょ
- ・軽い動作、短い時間から徐々に体を慣らしましょ
- ・休憩や水分補給を忘れずに行いましょ

※運動前後の手洗いやうがい、マスク着用等感染対策も忘れずに！

相談・受診の目安が変わりました(R2年5月8日より)

少なくとも以下のいずれかに該当する場合には、**すぐに**
御相談ください。(これらに該当しない場合の相談も可)

☆息苦しさ、強いだるさ、**高熱等の強い症状**のいずれかがある場合

☆高齢者、基礎疾患(糖尿病、心不全、呼吸器疾患等)をお持ちの方等
重症化しやすい方で、発熱や咳など比較的軽い風邪の症状がある場合

☆上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪症状が続く場合
(4日以上続く場合は必ず)



相談窓口：コールセンター (082)241-4566

広島市段原地域包括支援センター

広島市南区段原南1丁目3-52 (広島段原ショッピングセンター2階)

広島常光福祉会

検索

(082)261-8588

R2.6月発行