

地域で取組む防犯【山崎西町内会】



(左)大船警察署生活安全課課長 井上氏
(真中)大船警察署(台交番)中森氏
(右)山崎西町内会 会長 檜山氏

山崎西町内会の防犯パトロールについてご紹介します。
町内会では長年防犯活動を行い、平成6年に神奈川県防犯協会から表彰されています。
「自分たちの町は自分たちで守る」という意識の下、年4回、大船警察署、町内会関係者、民生委員、子供会、老人会の方など約30名が集まり、防犯

パトロールで深まる、地域の交流と安心感

鎌倉市地域包括支援センター 湘南鎌倉便り

『鎌倉市地域包括支援センター湘南鎌倉』は高齢者のよろず相談所です。
医療介護・福祉に関するご相談がありましたらお気軽にお声かけください。



町内をパトロールしている様子
(令和元年12月14日 撮影)

の呼びかけやゴミ拾いを行い、町内を2時間程歩きます。
家の前で参加者に手を振る住民の姿や、民生委員の方々がご高齢者のお宅に声をかける姿も毎回見受けられます。
防犯パトロールが、住民間の絆を深め、地域の安全・安心感に繋がっているのではと感じながら地域包括支援センター職員も参加しています。

流行しているインフルエンザを予防しましょう！

<インフルエンザの予防>

1. 手洗い・うがい・マスク

帰宅時や調理の前後、食前などに、石けんを使って丁寧に洗いましょう。
外出時はマスクの着用がお勧めです。帰宅後はうがいをしましょう。

2. 健康管理

免疫力が弱ると感染しやすくなるだけでなく、感染すると重症化しやすくなります。十分な睡眠とバランスの良い食事、適度な運動を心がけましょう。

3. 予防接種

予防接種がまだの方は接種を受けましょう。

4. 適度な湿度(50~60%)

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。加湿器やマスクを使用したり、水分をこまめにとつてのどの湿度を保ちましょう。

※インフルエンザにかかってしまった場合は、早めに医療機関を受診し、安静にして水分補給を行います。他の人にうつさないよう注意しましょう。



第48号
冬号
鎌倉市
地域包括支援センター
湘南鎌倉
発行人責任者
宮谷清美
0467-41-4013



【担当地域】
山崎
梶原
(一丁目~五丁目)
寺分
(一丁目~三丁目)

こんな詐欺の手口にご注意を！！ ~大船警察署 生活安全課課長 井上氏より~

最近、市役所の職員や警察官をかたって「医療費の還付金があるので銀行のATMに行ってください」「あなたのキャッシュカードが不正に使用されているので暗証番号を教えてください」など、詐欺の電話が多くかかっています。市役所の職員や警察官が、ATMに呼びつけたり、キャッシュカードの暗証番号を聞くようなことは絶対ないので、それを聞いたら怪しいと感じてください。このような電話を受けたら電話を一旦切って、最寄りの警察署に通報してください。(大船警察署:46-0110/鎌倉警察署:23-0110)
地域包括支援センターも警察署と連携して、詐欺被害防止の普及啓発に取り組んでいます。

