



鈴鹿第7地域包括支援センターだより

皆さんこんにちは。残暑が厳しいですが、規則正しい生活をして体調を整えましょう。

自分で行う 災害への備え

台風や大雨、地震等の自然災害が全国各地で起きています。この地域では今のところ大きな災害は起きていませんが、いつ起こるか予測がつかない不安は誰しもが持っていると思います。『備えあれば憂いなし』のことわざがあるように、普段からの心構えと準備が大切です。予測が付きやすい台風や大雨は、警報などの防災気象情報を利用して、被害を未然に防いだり、軽減することが可能です。テレビやラジオなどの気象情報に十分注意してください。

※ 鈴鹿市総合防災マップを活用しよう

(地区市民センター等で配布)

- 自宅と避難所の危険度を確認しよう。
自宅や避難所、普段よくいる場所にはどのような危険があるかを各種ハザードマップで確認してみよう。
- 家具等の転倒防止対策をしよう。
- 非常持出品等の確認をしよう。
必要な物（防災マップ参照）をリュックサックなどに入れ、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。定期的に確認するのも大切です。



慌てないで！ 災害後に増える 住宅修理のトラブル

見守り
新鮮情報

突然事業者が来訪し「お宅の屋根瓦がずれているのが見えた。地震の影響かもしれない。3千円で点検する」と言われ、地震の後で影響が心配だったので依頼した。

翌日点検してもらったところ、屋根瓦の写真を見せられ「放置すると雨漏りがして大変なことになる」と屋根工事を勧められ、約60万円で契約した。しかし、慌てて高額な契約をしたことに不安を抱いたので解約したい。(80歳代)

●台風や大雨・大雪、地震等の自然災害が毎年のように全国各地で起きています。自然災害の発生後は、災害に便乗した悪質商法のトラブルが多くなる傾向があります。

●「今直さないと大変なことになる」などと不安をあおり、契約をせかせる手口がみられます。

●工事の必要性、工期や費用が適正なのか、すぐに判断するのは難しいため、その場では契約せず、複数の事業者から見積もりを取って検討しましょう。不要な場合はきっぱりと断りましょう。

●事業者からの訪問や電話勧誘を受けて契約した場合、クーリング・オフできる可能性があります。

■困ったときは鈴鹿亀山消費生活センター
(TEL:375-7611・消費者ホットライン188)
へご相談ください。



ご相談・ご連絡は

鈴鹿第7地域包括支援センター りんどう

住所：鈴鹿市南若松町1番地（伊勢マリンホーム内）

電話：059-380-5280

「伸ばそう健康寿命☆高めよう地域力&Well-being」



〈スタッフ〉

主任ケアマネジャー	青島・伊藤
保健師	森重
社会福祉士	高畑・横地
ケアマネジャー	椎名・堀口・山本
事務員	片川

