

第165回いきいきサロン

中井町内会いきいきサロン担当／大森 武生

日 時 令和3年10月13日（水） 13:00～15:00

場 所 中井公会堂

1 特殊詐欺報告／門脇正彦

*403号 深刻な事態にも強引な自宅買い取りについて、ご注意

一人暮らしの家に営業員が訪ねて来て自宅を一千万円で買い取り、家賃13万円で住み続けられ、固定資産税も掛からないと言われた。

安易に自宅を売却してしまうと、住む場所がなくなるなど、生活に深刻な影響が生じる可能性があります、訪問を許さずお断りしましょう。

*404号 家庭用蓄電池を、勧誘されても慎重に

契約中の大手電力会社を名乗り、「蓄電池を設置すれば電気料金が半額になる」と勧誘され工事費110万円で契約した。その後の電気料金は少し安くなっただけ。

事業者の説明を、鵜呑みにせず、情報収集や、家族などに相談しよう。

*404号 鍵開けを依頼したら想定外の作業をされた

玄関の鍵が開かなくなり、広告にあった「鍵開け、5,800円」に電話した。突然訪ねてきて、作業し、「15万円」請求された。

緊急時に備えて、「持っている鍵の種類やメーカー等を確認し、信頼のおける事業者の情報を調べておくと安心です」。

「おかしいな」と疑問を感じたら、下記に電話して確認しましょう。

岡山中央警察署／086-270-0110、 消費者センター／局番なし188

2. コロナウイルスの中高齢者が楽しく生活する／介護福祉士・河原二三子

5月に圧迫骨折し、入院したため、生活環境、食事療法、体質改善等で苦勞したコロナウイルスなどにより、運動量が減少したため、特に肺活量が落ちた。声を出さないため、声を出すことが、いかに大切かが痛感させられた。

これから、簡単な問題を提案いたします。「大きな声で、答えて下さい。」

日本の国を知ろう

● 岡がつく県を3つ挙げろ／岡山県 静岡県 福岡県

● 島が付く県5つ挙げろ／福島県 島根県 広島県 徳島県 鹿児島県

● 日本の湖の大きさランキングどこか？

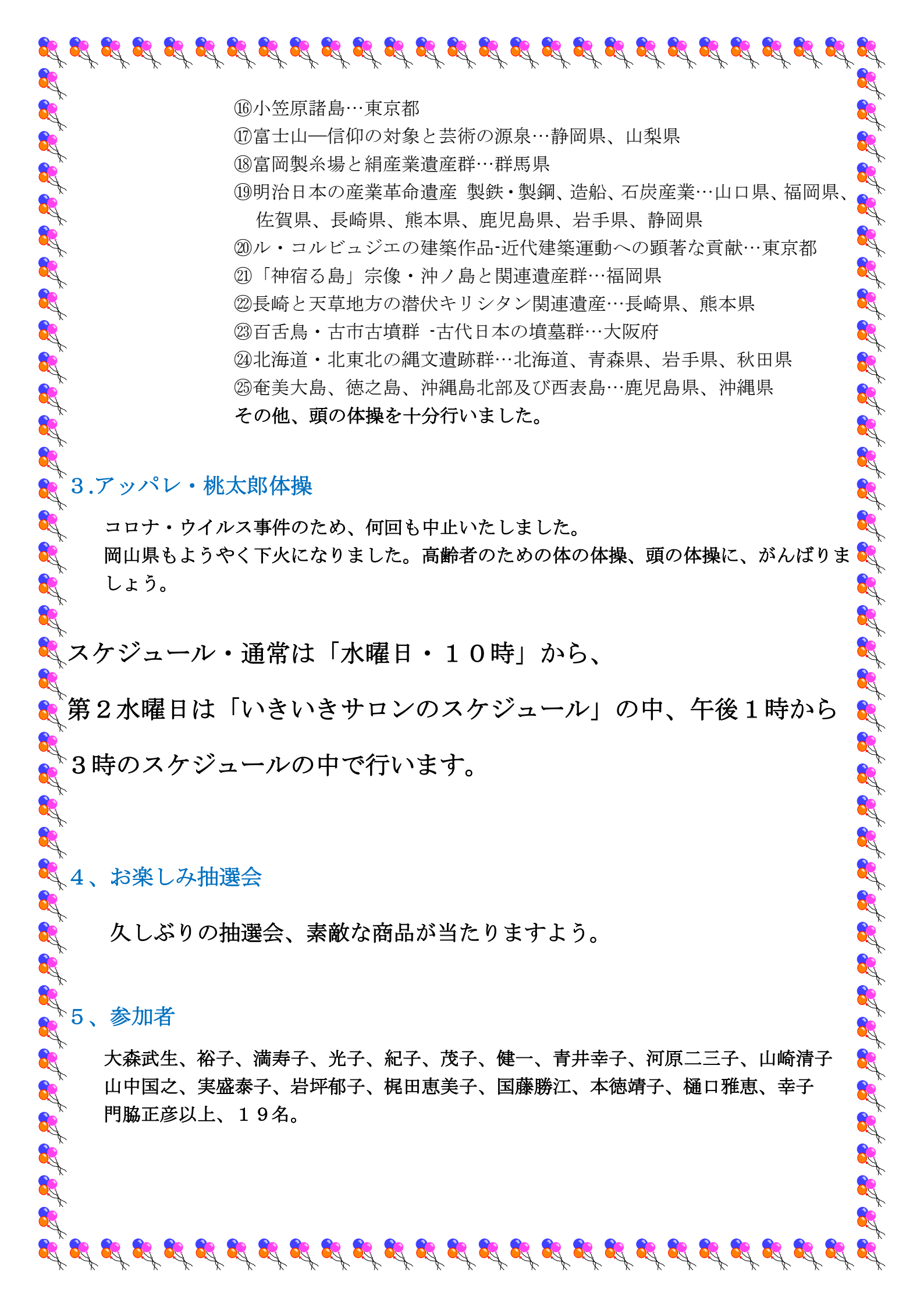
琵琶湖 (669.20 k m) 霞ヶ浦 (168.18 k m) サロマ湖 (150.29 k m)
猪苗代湖 (104.8 k m)

● 日本高い山を3つ挙げて／富士山、北岳・南アルプス、穂高岳・北アルプス

● 日本の国宝のお城5カ所挙げて／姫路城 彦根城 松本城 松江城 犬山城

● 日本にある世界遺産25カ所知っていますか？

- ①法隆寺地域の仏教建造物…奈良県
- ②姫路城…兵庫県
- ③屋久島…鹿児島県
- ④白神山地…青森県、秋田県
- ⑤古都京都の文化財（京都市、宇治市、大津市）…京都府、滋賀県
- ⑥白川郷・五箇山の合掌造り集落…岐阜県、富山県
- ⑦原爆ドーム…広島県
- ⑧厳島神社…広島県
- ⑨古都奈良の文化財…奈良県
- ⑩日光の社寺…栃木県
- ⑪琉球王国のグスク及び関連遺産群…沖縄県
- ⑫紀伊山地の霊場と参詣道…和歌山県、奈良県、三重県
- ⑬知床…北海道
- ⑭石見銀山遺跡とその文化的景観…島根県
- ⑮平泉—仏国土（浄土）を表す建築・庭園及び考古学的遺跡群…岩手県

- 
- ⑩小笠原諸島…東京都
 - ⑪富士山—信仰の対象と芸術の源泉…静岡県、山梨県
 - ⑫富岡製糸場と絹産業遺産群…群馬県
 - ⑬明治日本の産業革命遺産 製鉄・製鋼、造船、石炭産業…山口県、福岡県、佐賀県、長崎県、熊本県、鹿児島県、岩手県、静岡県
 - ⑭ル・コルビュジエの建築作品-近代建築運動への顕著な貢献…東京都
 - ⑮「神宿る島」宗像・沖ノ島と関連遺産群…福岡県
 - ⑯長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産…長崎県、熊本県
 - ⑰百舌鳥・古市古墳群 -古代日本の墳墓群…大阪府
 - ⑱北海道・北東北の縄文遺跡群…北海道、青森県、岩手県、秋田県
 - ⑲奄美大島、徳之島、沖縄島北部及び西表島…鹿児島県、沖縄県
- その他、頭の体操を十分行いました。

3. アッパレ・桃太郎体操

コロナ・ウイルス事件のため、何回も中止いたしました。

岡山県もようやく下火になりました。高齢者のための体の体操、頭の体操に、がんばりましょう。

スケジュール・通常は「水曜日・10時」から、

第2水曜日は「いきいきサロンのスケジュール」の中、午後1時から

3時のスケジュールの中で行います。

4、お楽しみ抽選会

久しぶりの抽選会、素敵な商品が当たりますよう。

5、参加者

大森武生、裕子、満寿子、光子、紀子、茂子、健一、青井幸子、河原二三子、山崎清子、山中国之、実盛泰子、岩坪郁子、梶田恵美子、国藤勝江、本徳靖子、樋口雅恵、幸子、門脇正彦以上、19名。