

## 安八交番だより

311



## ニセ電話詐欺の被害を防ぐために 覚えてほしい3つの言葉

- ①「還付金の手続きでATMに行って」
- ②「暗証番号を教えて（書いて）」
- ③「電子マネーカードを買って番号を教えて」

この言葉が出たら、  
すべて詐欺です！

ニセ電話詐欺の手口が複雑化・巧妙化していますので、多発しているニセ電話詐欺を防止する3つの言葉（キーワード）を覚えてください。

警察でも、金融機関でも、役場でも、どんな職業を名乗っても、この言葉が出たら「絶対に詐欺」です。このような言葉の電話があったら、すぐに警察へ通報し、犯人検挙・被害拡大防止にご協力ください。

## 消防署だより

162



## 救急隊からのお知らせ 「第6波」に備える！

“第6波”の感染拡大”。専門家などは今年の冬にも新型コロナウイルスの感染再拡大が起きるのではないかとされています。

12月を迎えると、さらに気温・湿度ともに低くなり、低温・乾燥した生活環境下ではウイルスが増殖し長時間漂うため、口や喉から侵入し感染症にかかりやすくなります。正しい予防法で「かからない」「うつさない」を心掛け、この冬を健康に過ごしましょう！

### 6つの正しい予防法

- ①手洗い  
帰宅時、食事の前後に石けんで手を洗いましょう。  
30秒程度時間をかけてしっかり手を洗いましょう。
- ②マスク  
人と会う時、話をするときはマスクを必ずしましょう。
- ③換気  
1時間に1回、10分程度の換気をしましょう。  
できれば、向かい同士の窓を開けて、空気の通り道を作ると良いでしょう。
- ④湿度  
湿度を保ち、ウイルスが空気の中を漂うのを防ぎましょう。湿度は、50%～60%が目安です。
- ⑤栄養  
食事で栄養を十分に取り、免疫力をアップしましょう。  
主食・主菜・副菜をバランス良く食事しましょう。
- ⑥ソーシャルディスタンス  
できるだけ2m(最低1m)人との間隔を空けましょう。

### 感染防止の3つの基本

- ①人と人との距離の確保  
・人との距離は2m(最低1m)空けましょう。  
・外出する場合は屋内よりも屋外を選ぶと良いでしょう。  
・会話する際は、可能な限り真正面を避けましょう。
- ②マスクの着用及び咳エチケットの徹底  
・外出し人混みにいる時や公共交通機関を利用する時はマスクを着用しましょう。  
・周囲に人がいる中で、5分間会話や電話をすることは、一回の咳と言われているので注意しましょう。
- ③こまめな手洗い・うがい・消毒  
・帰宅したら、まず手をしっかり洗い、うがい、手指消毒をしましょう。その後着替えをし、できればシャワーを浴びて全身を洗い流しましょう。  
・調理する前後、食事する前後にもしっかり手洗いしましょう。  
・手洗いは30秒程度時間をかけ、水と石鹸で丁寧に洗いましょう。