



万引きは「しない」「させない」「見逃さない」

万引きは「自分に関係がない」と思っていませんか？

万引きは、最初は少量かもしれませんが、見逃されるとだんだんエスカレートして被害が大きくなります。万引きの被害が多くなると、被害に遭ったお店の商品が高くなったり、廃業したりと私たちの暮らしにも影響します。

万引きを「しない」ことはもちろんですが、お店で不審な行動をしている人を見掛けたら、店員に知らせるなどし、地域全体で万引きを「させない」「見逃さない」意識を持つことが重要です。



夏休み、お出掛けや帰省の際の注意！

- ・旅行などで留守にする場合は、高層階の窓や小さな窓までしっかりと鍵を掛けましょう。
- ・特に長期間留守にする場合は、郵便物や新聞がたまらないよう気を付けましょう。
- ・近所で留守の状況をお互いに把握し、地域の目で泥棒を撃退しましょう。
- ・車は鍵を掛け、荷物は車内に残さないようにしましょう。
- ・観光地などでの人混みの中では、「すり」に気を付けましょう。



熱中症に注意しましょう

熱中症の予防には、水分補給と暑さを避けることが大切です。



こまめに水分を取っていますか？

のどの渇きを感じない
夜中にトイレに行くのが面倒だ

高齢者は、加齢によりのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。このため、のどの渇きを感じなくてもこまめに水分補給をする必要があります。



エアコンを上手に使っていますか？

エアコンは体が冷えるから嫌だ
エアコンなどは使えない

エアコンや扇風機は、温湿度設定に気を付けたり、体に直接当たらないよう風向きを調整することで、体が冷え過ぎず、快適に使用できます。これらが使えない場合、シャワーや冷たいタオルでも、体を冷やす効果があります。

熱中症患者のおよそ半数は高齢者(65歳以上)です。

暑さに強いから大丈夫？

暑さをあまり感じない
汗をあまりかかない

高齢者は、暑さに対する感覚が鈍くなり、発汗など体から熱を逃がす機能も低下します。暑い日は無理をしないで、室内に温度計を置き、温度の上がり過ぎに注意しましょう。

部屋の中なら大丈夫？

部屋の中では熱中症対策をしていない
夜は特に注意していない

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。すだれやカーテンで直射日光を遮る、換気をして屋外の涼しい空気を入れ、必要に応じてエアコンを使用するなど、部屋に熱がこもらないように心掛けましょう。