

シリーズ

消費生活

# 消費生活センターだより



伊勢市消費生活センター(TEL 21-5717(または局番なし188) FAX 22-5014)



## 直接会ったことがないその人 本当に大丈夫ですか?

ネット上でたくさんの人とつながるSNSや出会い系アプリなどを利用した詐欺被害が急増しています。甘い言葉で騙し、その後LINEに誘導する手口がほとんどです。

### お金の話は、詐欺を疑って!!

- お金が5倍になる。投資で儲けませんか。
- 絶対儲かる副業がある。あなただけに教えてあげる。
- あなたの口座が不正に利用されています。逮捕して紙幣を確認します。
- 愛してる、結婚したい、会いに行きたいから旅費を送って。
- 事故をした、助けてほしい。
- 未納の料金があります。
- こちらは市役所です。還付金があります。



### うまい話には裏があるかも!!

おかしいと思ったら伊勢市消費生活センターへ相談してください。

～みんな笑顔 伊勢の元気人～

## 健康づくり通信

申し込み・問い合わせ (8時30分～17時15分)

健康課(中央保健センター)

(TEL 27-2435 FAX 21-0683)

★は、伊勢市健康マイレージ対象事業

### ★ 健康の日における啓発事業

#### 心と体を整える! 女性のためのヨガ講座

女性はライフステージに応じ、さまざまな健康課題に直面します。自宅でも取り組めるヨガを体験し、日々の心と体の疲れをリフレッシュする方法を学びましょう。

とき 3月11日(水)、13:30～15:30

ところ ハートプラザみその

対象 市内在住の女性

講師 TAMIKOさん(健康運動指導士)

定員 40人程度(先着順)

持ち物 飲み物、運動できる服装、ヨガマット  
(持っている人)、筆記用具

申し込み 2月16日(月)・8:30から、

右の二次元コードよりオンライン申請、または電話・  
ファックスで健康課へ

### ★ 健康テラスで毎月の健康チェック

健康テラスでは、ベジチェックをはじめ体組成計や脳年齢計などを自分で操作して、健康チェックができます。毎月11日の健康の日はさらに健康機器をプラスします。

3月の健康の日はAGEsチェック(体内糖化度検査)です。AGEsは最終糖化産物といわれ、人の老化現象や健康に関わる物質として近年研究が進んでいます。自分の健康状態を「見える化」して、健康づくりに役立てましょう。

とき 3月11日(水)、9:00～12:00

ところ 中央保健センター

定員 60人(先着順)

申し込み 2月16日(月)・8:30から、上の二次元コードよりオンライン申請、または電話・  
ファックスで健康課へ

