



みんなでしっかりサイバーセキュリティ

～インターネットを安全に快適に使うための注意点を確認しよう～

2月1日から3月18日は「サイバーセキュリティ月間」でした。

太閤山地区を対象にしたサイバーセキュリティ啓発活動が2月20日、パスコショッピングセンターの入り口付近でありました。

射水署から「安全・安心大使」に委嘱されているテノール歌手の澤武紀行さん(射水市出身)・市職員・地域振興会から副会長2名が参加し、「サイバー犯罪」などに会わないよう注意を呼び掛けました。

【サイバー犯罪って何?】

便利なインターネットですが、ちょっとした不注意で個人情報が盗まれると、誰かがあなたになりすましてこんな犯罪を行います。

- ・あなたの銀行口座から勝手に引き落としされてしまう
- ・クレジットカード番号が勝手に使われてしまう
- ・あなたの意見のとして勝手にSNSに書き込まれてしまう。

(県警本部サイバー犯罪対策課広報より引用)



【どうすれば防げるの?】

ズバリ、自分自身の情報を守りましょう！オンラインショップやサービスの登録時に必要以上に情報入力を求められた時や個人情報を要求された時は『いったんストップ!』してください。

そして、次のことを確認しましょう。

- ・誰がどんな情報を要求しているのか
- ・そのサービスにその情報は必要なのか
- ・提供した個人情報の取り扱いは大丈夫か

おかしいと思ったら、すぐに中断しましょう！



基本として、不審なウェブサイトにはアクセスしないことや、信用のない売り手との取引は要注意であることも大事です。これらに注意してサイバー犯罪に会わないようにしましょう。

行事予定 (4月)

4月4日(日) 花壇の除草

4月18日(日) 射水市スポーツフェスタ

4月18日(日) 地域振興会 総会

コミュニティセンターからのお知らせ

ゆめ体操

4月12日(月)・26日(月)

午前10時30分～11時30分

☆参加費:200円

(おつりのないようお願いします)

☆持ち物:タオル・お茶・
内履き・マスク

☆定員:25名

(初心者の方も大歓迎です。)

「黒部方面の名水探訪」

5月7日(金)

午前9時出発～4時30分頃

☆講師:富山の名水を守る会
代表 岡岸喜義

☆行先:黒部方面の名水巡りをした後、
杉沢の沢スギ等を訪ねます。

☆参加費:1500円(高速料金・昼食代)

☆定員:15名

☆締切:4月23日(木)

※ペットボトル・紙コップを持参して下さい

脳がいきいき

臨床美術講座

「長ネギブギウギ」

5月20日(木)

午前9時30分～11時30分

☆講師:臨床美術士3名

☆参加費:100円

☆持物:なし

☆締切:5月13日(木)

☆定員:15名



<活動報告>

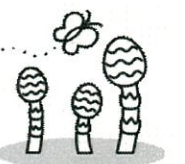


民謡体操3/6



ゆめ体操3/15

新型コロナに負けないように、思いきり体を動かしました。



令和3年度「ゆめ体操」日程表(予定)

4月	12日(月)・26日(月)	10月	11日(月)・25日(月)
5月	10日(月)・24日(月)	11月	1日(月)・15日(月)
6月	14日(月)・28日(月)	12月	6日(月)・20日(月)
7月	12日(月)・26日(月)	1月	17日(月)・31日(月)
8月	23日(月)・30日(月)	2月	14日(月)・28日(月)
9月	13日(月)・27日(月)	3月	14日(月)・28日(月)

※詳しくはその都度お知らせします。

都合により変更する場合がありますので、毎月のコミュニティセンターからのお知らせをご覧ください。

地域振興会では平成 22 年度より射水市と協力して、中太閤山地域のがん検診受診率を高め、がんの早期発見・早期治療を通して、健康な中太閤山を目指す運動を展開しています。



(今月のテーマ)

新型コロナウイルスの今後

真生会富山病院 刀塚俊起

第三波のピークは過ぎたものの、持続的に関東では感染者が確認されています。ソーシャルディスタンスという言葉が定着しました。政府は新しい生活様式を提案しています。身体的距離の確保(2m [最低1m] は空ける)、マスク着用、手洗いの三つです。そして三密(密集、密接、密閉)を避けようとなっています。さらに飛沫感染の上にマイクロ飛沫が空気中を漂い、クラスター感染を起こすことがわかり、カラオケと会食の危険が強調されています。

今季、冬のインフルエンザの流行はほとんどありませんでした。また、毎年夏場に流行する小児の感染症も、ことごとく流行しませんでした。これもコロナウイルスへの感染対策が、多くの感染症に有効であるという証拠です。

これからワクチン接種が開始され、人々の移動が再開されます。新しい生活様式を国民一人一人が実行すれば、感染症の流行を抑えられると期待されます。

治療法は改善されており、死亡率が減少しています。第二波、第三波の感染者数は第一波の 5~7 倍であるにもかかわらず、死者数は減少しました。高齢者の死亡率も 28% から 8% へと低下しました。もうじき開始されるワクチン接種をひとりでも多くの人が受けて集団免疫をつけることが大切です。

ワクチン接種を注意しなければならない人は、これまでに「アナフィラキシー」という強いアレルギー反応があった人のみです。高血圧症、糖尿病、心臓病などさまざまな持病で薬剤を内服しておられる方は、躊躇なく接種をされることをお勧めします。ひとりでも多くの人がワクチン接種を受けて集団免疫をつけることが大切です。



手を洗おう



消毒しよう



マスクをしよう

