

# 5 月号 高橋だより

緊急時は110番 緊急時以外は#9110 

## 本当に信用していいの？契約は納得してから！



**住宅リフォーム詐欺商法** についてどれくらい知っていますか？

### 特徴

- 屋根や外壁の無料点検を装い、全く必要のない高額なリフォーム等の契約を迫る
- 一度契約するとなかなか解約に応じない



### 対策

- 突然来た業者を**家の中に入れない**
- 必要ない場合は**はっきり断る**

## 油断しない 安全に見えても危険かも

4月、5月の行楽期から気温の上昇とともに、海でのマリンスポーツや川での釣り・水遊び、春山登山などのアウトドアレジャーが盛んになります。

自然に触れるレジャーは、楽しみがある半面、自然ならではの危険もあり、山岳遭難・水難事故は例年4月頃から発生する傾向があります。

アウトドアレジャーでの事故を防ぐためには、自然を甘く見ず、危険をきちんと認識し、計画を立てて行動することが大切です。

### 【水難防止】

- **危険箇所の把握**  
水流の激しさ、深さを把握
- **的確な状況判断**  
天候や体調を要確認
- **ライフジャケットの活用**
- **保護者の付き添い**  
子どもから目を離さない

### 【山岳遭難防止】

- **十分な装備**  
山の天候は急に変わります
- **無理な登山をしない**  
自分の体力を過信せず  
当日の体調を確認しましょう
- **登山計画の作成**  
事前の情報収集を念入りに

