

NPO法人 ニッポン・アクティブライフ・クラブ  
ナルク (NALC) 宝塚・川西・伊丹・猪名川

## 《ささえあい》

## 9 月号



事務所 〒666-0015 川西市小花 2 丁目 25-1 TEL・FAX 072-759-3269  
メール nalc.sasaeai@gmail.com HP [ナルク宝塚・川西] 検索  
会員数 8 月 31 日 現在 149 世帯 ・ 会員 212 名 ・ 賛助会員 16 名

### 危うく詐欺に遭うところだった

T・S (猪名川)

今年のお盆は厳しい暑さと大型の台風の影響で落ち着かないお休みでしたが、我が家ではそれに加えて振り込め詐欺の電話に振り回されました。

始まりは携帯電話の SMS (ショートメールサービス) にきた 1 通のメールでした。「支払いがされていない請求があるので、06-XXXX-XXXX に電話してください」と書いてあり、毎月通知される NTT ドコモからの請求に関係する連絡だと勘違いして、折り返しかけてしまいました。

電話に出た相手は「日本通信ネットワーク」と名乗り、「昨年 7 月に有料のコンテンツに登録されていますが、支払いがされていません。民事裁判で訴訟になりますが、その手続きの差し止めをこの電話で進めています。今回の未納については守秘義務がありますので、ご家族の方も含めて誰にも話さないでください。」と言われました。「私は有料のコンテンツなんて登録していませんが。」と返すと「間違えてクリックすることもありますし、お子さんが間違えて登録するケースもあります。」と応答されました。

その後も「未納は 29 万 9,600 円ですので、お支払いが必要になります。手続き後に NPO 法人日本個人データ保護協会から連絡がきます。」とか、手続き関係の細かい話をされました。また、「未納は 29 万 9,600 円ですが、返金制度がありますのでお支払いいただいた後、誤認登録と認められたらそのうちの 95% である 28 万 4,620 円は返金されます。ところでお名前と年齢を教えてください。郵便番号は！と聞かれ、郵便番号を伝えてしまうと、支払いにコンビニエンスストアを指定され、郵便番号から相手が指定したコンビニエンスストアの場所を伝えられました。相手から「そこに到着したら、もう一度この番号に電話して下さい。」と言われた段階で電話を切りましたが、その後、1 分間に何度も着信があり、帰省していた息子に対応しその番号を着信拒否に登録して、電話がかかって来ることはなくなりました。

息子が「警察に連絡した方がいい。」とアドバイスしてくれたので、被害はないものの警察に連絡したところ、すぐに自宅まで警察官が来てくれて、振り込め詐欺の電話番号や SMS のメールを撮影し、状況を聴取してくれました。警察官の方から、「この携帯電話の番号は詐欺グループに登録されています。他の振り込め詐欺のグループにも伝えられるので、できれば電話番号は変えた方がいいですよ。」とアドバイスされたこと、かかってきた電話番号をインターネットで検索したところ迷惑電話として登録されている他、下 1 桁だけが違う電話番号がいくつもあり、同じ詐欺グループから電話がかかって来る可能性が大きく家族も不安に思っていたので、結局、携帯電話の番号を変える手続きをしました。



pixta.jp - 54876122

### <皆さんに注意してほしい事>

- ・見知らぬ電話番号からの SMS のメールには電話しない。
- ・「支払いがされていないことがある。」と連絡が来たとしても、普通は手紙で督促状が来るはずです。

メールや SMS で支払いを催促する場合は、詐欺だと思って対応しないようにしましょう。不安に感じたら、連絡する前に家族や警察の方に相談しましょう。

- ・見知らぬ電話が迷惑電話かどうかは、インターネットで調べることができます。表示された電話番号を入力してインターネットで検索します。迷惑電話として表示されたら、絶対に電話をしないでください。

＊下記は詐欺グループの電話番号の一例です。

- ・06-6155-6832(大阪)……末尾の数字をころころ変えて掛けてくる。
- ・0568-34-3468(春日井・小牧・犬山方面)……不審な電話を調べてくれるところ
- ・怪しい電話番号の正体を Google で検索」もできるようです。

とにかくあの手この手といろいろな方法で詐欺グループは騙します。上記の番号や見知らぬ電話番号から電話がかかってきたら、ご家族や友人に相談し、ややこしいなと思ったらすぐ警察に連絡するようにしてください。

## 健康コーナー

## 「漢方」と「漢方薬」

狩野勇（伊丹）

「漢方」は中国から 6, 7 世紀に朝鮮半島を経由して日本に伝わったとされます。江戸時代にオランダからもたらされた西洋医学との混同を避けるため「漢方」と呼ぶようになりました。

漢方では、体内の神経系やホルモンなどの内分泌系のネットワークを介して、病気が全身のバランスを崩していると解釈します。バランスを正常にするため、生薬を調合した漢方薬を処方します。

「漢方薬」の原料となる生薬は、植物・動物・鉱物など多岐にわたり国内では 200 数十種類が使われています。その中で、約 150 種類が保険適用になっています。因みに、私達の身近なものではドクダミ、ゲンノシヨウコ、センブリなどがあります。新薬の開発にも使われ、インフルエンザ治療薬“タミフル”の原料成分のシキミ酸は生薬やスパイスとして知られる



八角の果実と種子

「八角」に含まれています。なお、漢方薬の名称で、語尾は形状を表しており、「・・・湯」は煎じ薬、「・・・散」は粉薬、「・・・丸」は粉を固めたもの。（朝日新聞より）

私は、テニスバッグの中に何時も「シャクヤクカンゾウトウ（芍薬甘草湯）」を入れてあります。足が攣りそうになった時に飲むととても効果があります。

## 8 月の入会者

事務局

※ 8 月の入会者はありませんでした。

## 行事予定

事務局

9 月 13 日(金)、25 日(水)	新入会員研修	14:00~16:30	事務所
9 月 20 日(金)	兵庫エリア会議	13:30~16:00	神戸拠点

## 時間預託活動と点数

事務局

	仕事 援助	家事 援助	受託 事業	送迎	事務所 当番等	コーディ ネート	講師	活動 合計	活動 会員数
8 月	59	31	44	16	53	6	0	209	30
4~8 月累計	225	93	315	31	271	26	22	983	168

## 運営委員会議事録

事務局

※ 8 月は休みのため、議事録はなしです。

## 【 猛暑なのに寒い 】

厚東 信之（川西）

上着が夏でも手放せない。人間ドックの帰り、昼食を摂るべく隣のホテルのレストランに入った。単品料理の焼き飯を頼んで新聞を読みながら待ったが、足元が涼しくそのうち寒さを感じるので、冷房の温度を上げてほしいと頼んだが、全館冷房で難しい。代わりにふわふわの高級ブランケットを貸してもらった。

日本の夏の暑さは格別ながら、一時省エネ・クールビズがもてはやされ、時期にかなった結構な制度と喜んだこともあるが、あれは一体何処へ行ったのだろうか。人により寒さに強い人・弱い人がある。オーストラリアに旅して、当方は上着を着ているが、先方は短パンに半袖と言った格好。こちらはガリガリの貧相な痩せ・彼らは肉付きの良い立派な体格で少々の寒さなら何とも感じないのだと思う。

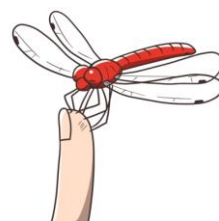
毎日のテレビやラジオで、「猛暑・酷暑・生命に危険を感じる暑さ」と報じ、熱中症で何人も病院へ運ばれたというのが現実で、冷やしてもらおうのは大変有難いことなのだが、適当なエアコンの温度設定で夏は扇子やうちわで暑い暑いと言いながら、少し汗ばむくらいが丁度よいのでは・・・

ナルクの皆様はどうお感じでしょうか。(2019. 8. 14)

## 海辺に子等のいない国

齊藤 隆（宝塚市）

私の知人にニュージーランドで自然環境保護をしている日本人がいます。その人が陸地伝い、島伝いにカヤックで自国から日本の本州まで来た時の話で、その人がその旅で衝撃を受けたのは、どの国でも、どの島でも海辺に子供が一杯いて海に親しんでいたのに、日本の領海に入ったら、何処にも海に親しんでいる子供を一人も見なかったことです。いったい日本の子供はどうなっているのでしょうか。いま日本では子供たちが自然の中で、野の花を愛でたり、トンボや蝶などを追いかけたり、川で水に浸かり遊ぶのを見るのはまれになっています。我々が子供の頃は日常的だったのに。今の大学生は六割がカエルに触ることができないそうです。赤とんぼの歌の抒情はピンと来ないみたいです。子供達だけでなくその上の世代も自然は遠くなっているようです。これはバブルに狂奔し、経済至上主義で、自然環境なんてどうでもいいよといった世情に溺れた世代の責任かもしれません。ません。また自然は危険なもの安全第一で近寄ってはいけないといったしつけが子供たちを自然から遠ざけていると思います。その付けが、次のまたその次の世代にくると思います。私は今約二千人のシニアの人達と自然環境保護の啓発活動や居場所づくりをポチポチやっていますが、日暮れて途遠しの感です。





猪名川町の最北部に標高 753mの阪神間地域では最高峰の大野山があり、その山頂付近には一滴の水落場があり猪名川の源流となっています。

猪名川は北摂・丹波の水を集めて兵庫県と大阪府の境を流れ神崎川に合流します。

上流部は屏風岩などの景勝地があり蛍が飛ぶ川で自然がいっぱいです。

また、下流部は堤防のすぐ横まで家屋が隣接している典型的な都市河川でもあります。

『猪名川の源流は大野山にあり！』

6 月 16 日に拠点の第 23 回定時総会が開催され、第 2 号議案で昨年度の会計報告がありました。

収益の中に「時間預託活動寄付金」が約 17 万円あります。これは大野コーディネーターによる庭仕事と家事援助による収入です。庭仕事では春秋冬のシーズンそれぞれの作業を 4~5 人の男性会員さんとともに 30 軒ぐらいを作業されています。家事援助では 2~3 人の女性の手助けを得て室内の掃除や片づけをされています。また「受取寄付金」が約 33 万円ありますが、この一部は大野さんが趣味で？得た収入の半分ぐらいを寄付されているようです。我が拠点の会計は赤字。大変なんです・・・。

私も大野さんと庭仕事を手伝ってきましたが、とにかく理屈抜きで頭が下がります。『ボランティア精神は大野さんにあり！』最後に余談大野山はオオヤサンと言います。

## 文芸コーナー

### 【小百人一首】

『なげてとて月やはものを思はするかこち顔なる我が涙かな』

西行法師作

「月が私に物思いさせるといふのか 嘆けよと月が誘うのか なんの月は無心に照るばかり それなのに月にかこつけて 恨みがましくあふれる私の涙」

田辺聖子訳



### 【言葉の由来】

『濡れ衣』

「奈良時代に行われた神事裁判の故事からきていと言われています。これは、何人かの容疑者に濡れた着物を着せて、早く乾いたものを無罪としたものです。しかし、ほとんどは審判者をごまかして、要領よく、わずかに濡らしただけだったので、正直者がいつも有罪になったんです。この故事から、無罪なのにあらぬ疑いをかけられ有罪になることを「濡れ衣を着せられた」というようになった」のです。

### 【俳句】

『静やかな外気は青磁夏の夜』

杉木妙子

### 【短歌】

『この街の安全神話を語りだす予報は豪雨に注意とありぬ』

松野綾子

### 【川柳】

『繁盛亭座るや否やもう寝てる』

お題(落語)

平塚らいう

## 『編集後記』

7 月中旬に生まれて初めて「出羽三山(羽黒山・月山・湯殿山)神社」で祈祷を受ける経験をしました。「祈祷」とは、神様への願い事をより強く届けるとともに、自分自身の願い事を改めて決意する。」とのこと。願い事には、安産祈願・七五三・地鎮祭があり、これら以外に「合格・病氣平癒・恋愛成就・交通安全・商売繁盛」などがあるらしい。

心の準備がなくて、何を願い事すれば良いのか戸惑いました。

(狩野記)