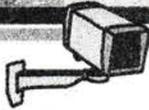


「空き巣・忍び込み」ご用心！！



被害防止の主なポイント



- 1 自分の家だけは大丈夫と思う気持ちを持たないようにしましょう。
- 2 わずかな時間の外出でも面倒がらずに、戸締まりをしましょう。
- 3 鍵を玄関周りに隠しておくのはやめましょう。
※ 郵便ポストや植木鉢等は泥棒が真っ先に合い鍵を探す場所です！
- 4 2階以上であっても窓の施錠をきちんとしましょう。



将監



2月

発行 行
将監交番
Tel 372-6149

～特殊詐欺被害に遭わないために～

騙されないために注意すること

- 1 電話でお金のお話をされたら誰かに相談する
- 2 身に覚えのないメールやハガキに記載された電話番号に電話しない
- 3 電話やメールのやりとりだけでの融資に注意
- 4 もうけ話やうまい話には要注意

特殊詐欺の犯人からの不審な電話（アポ電）に今後も十分注意するとともに、電話でキャッシュカードや暗証番号の話をしてきた際にはすぐに警察へ通報してください。



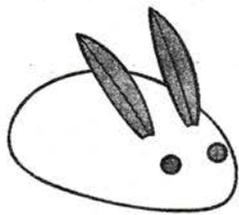
事件事故発生状況

(12/16～1/16)

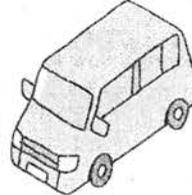
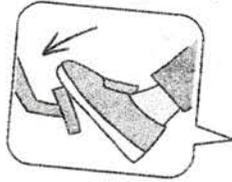
○ 窃盗	1件
○ その他	0件
● 物損事故	33件
● 人身事故	2件



～冬道安全運転1・2・3運動～

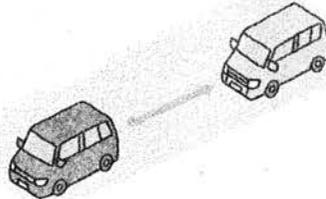


① 割のスピードダウン



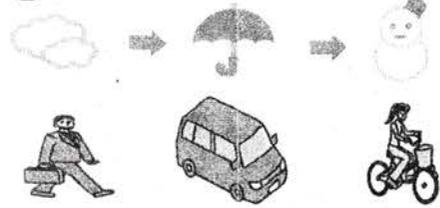
長めにとって安心

② 倍の車間距離



速度は抑えて

③ 分早めの出発



余裕を持って出発しましょう!

冬山は計画・装備を万全に!

1 計画的な登山と十分な事前準備
事故や怪我に備えて携帯電話や予備バッテリー、食料などを携行しましょう。また、登山は、絶えず危険が伴うことを念頭に、無理な登山は控えましょう。

2 雪崩事故に注意

冬山では、雪崩発生の兆候や周囲の積雪状況をよく観察し、常に安全を最優先に行動しましょう。また、万一に備えて、捜索救助に有効なビーコンなどの装備を確実に携行しましょう。

ヒートショックにご注意を

ヒートショックとは、気温の急な変化によって血圧が上下し、心臓や血管の疾患が起こることです。

◎予防のポイント

脱衣所と浴室を暖める

脱衣所に移動した際の温度差を軽減するために、暖房器具を置くなどしましょう。

お風呂の温度は低めに設定

お風呂の温度が42℃以上になると心臓に負担をかけるといわれています。また、38℃～40℃に設定することが勧められています。(日本医師会HPより)

山と自然ネットワークコンパス
Compass
<http://www.mti-compass.com>
 全国山域の登山届がひとつの窓口で提出できます。