

消費生活相談
の現場から

「新手的なサクラサイト商法が登場」
～資産家が、相続税対策で
お金をプレゼントしたい?～

有名芸能人のマネジャーを名乗り、「芸能界には心を開いて話ができる人がいません。あなたの助けが必要です」といったメールでサイトに誘い込み、その芸能人(もちろんサクラ)とメールでのやり取りをするためにポイントを購入させる手口はよく知られています。

いわゆる「サクラサイト商法」ですが、最近では以下のような、続きを読みたいと思わせるメールで誘いをかけてきます。

- ①「財界でも有名な資産家が、相続税対策で1億円をあなたに渡したいと希望している。誰にでも頼める話ではないので、至急ご連絡を…」
- ②「〇〇さん、警戒しないでください。2千万円を受け取ってほしい方がいるのでメールしました。あなたの都合に合わせて…」
- ③「在宅ワークをしませんか。悩みを聞いて、アドバイスをしてくれば高額な謝礼が支払われます。救いを求めている人が大勢います。簡単な…」
これらのサイト運営業者からのメールで案内されたURLを

クリックすると、利用者用受信ボックスとなり、続きが読めるようになっています。

①②のような、「お金をプレゼント」というメールに対応しようとすると有料ポイントが必要になります。更に、「相手とメールアドレスを直接交換するために、ランクアップ費用が必要」「振込口座を送信してもらったけれど、文字化けしているので解除料を」といった内容でお金を払わせます。

③では、相談を受けるための登録料が必要だったりします。また、メールをやめようとすると、相談者(サクラ)が「話を聞いてもらえないなら自殺する」「(消費者が受け取っていない)前払いしたお金を返してほしい」など、心理的な圧迫を与えてお金を払わせようとします。

常識的に考えておかしいメールは無視しましょう。「この先を読むくらいなら大丈夫」と案内されたURLをクリックしてしまうと、更に大量の迷惑メールが来ることにもつながります。
問合せ 消費生活センター ☎ 495・6212(相談専用)



清瀬の風俗や郷土文化、伝統などを写真やイラストとともに紹介します。

清瀬と結核の原点「中央公園」(梅園一丁目)

中央公園は、昭和45年に国立療養所東京病院(現独立行政法人国立病院機構 東京病院)の敷地の一部を借りて整備されました。春には桜が、6月にはアジサイが見ごろを迎えますが、この場所が清瀬と結核の原点であることをご存じでしょうか。

昭和6年、清瀬に開設された最初の結核専門の大規模かつ本格的なサナトリウム「東京府立清瀬病院」(のちに東京病院と統合)は、当時広大な雑木林が広がっていた現在の中央公園や国立看護大学校などの場所に建てられました。この設立をきっかけに、清瀬は「結核医療の街」と言われるようになりました。

中央公園内には、「ここに清瀬病院ありき」という記念碑や国立療養所東京病院で結核の療



春には桜が咲き誇る中央公園

養をしていた俳人・石田波郷の句碑が建立されています。また、昭和49年には、平和への願いを込めて遺族会や市民の皆さんの寄付などを基に、市内在住の彫刻家で名誉市民である澄川喜一氏によって制作された「平和の塔」が公園内に建てられています。

問合せ 郷土博物館 ☎ 493・8585(中央公園については、水と緑の環境課)



清瀬病院跡の記念碑



石田波郷の句碑



平和の塔(澄川氏制作)

地域の“チカラ”
向上プロジェクト

平成24年3月に立ち上げられた「三小校区コミュニティはぐくみ円卓会議」。毎月1回、地域の自治会長や委員の方が集まり、地域の課題や問題について話し合っています。

昨年は、会議の代表である世話人が決まり、第三小学校の清掃活動や50周年記念式典への参加など、さまざまな場面で活躍の場を広げています。

そして今年も、地域と学校との連携をより一層強くするため、「三小円卓見守り隊」を結成しました。第三小学校と協力して、遠くからでも目立つようにと作成した黄色の腕章を着けた方々が、下校時に三小の子どもたちを見守るといった活動です。

見守りといっても堅苦しいものではなく、ウォーキングを兼ねて、今までに2回実施しました。また、4月16日(水)には、地域の皆さんと一緒に参加できるように「円卓会議見回りウォーキング」と名付けた見回り活動を実施します。

今はまだ始まったばかりの取り組みですが、この活動を通して地域の防犯や安全・安心の実

「三小円卓会議において『見守り隊』始動！」



下校する子どもたちを見守る三小円卓見守り隊の方々

現に貢献できるのではないかと感じています。興味のある方は、ぜひご参加ください。

また、各小学校区の円卓会議は下記の日程で行っています。地域コミュニティに参加してみたい方、地域の問題などについて話し合いたいとお考えの方など、各地域にお住まいの方ならどなたでも参加することができます。ぜひご参加ください。
問合せ 企画課市民協働係

円卓会議の開催日程

- 芝小・四小＝決定次第、市ホームページなどでお知らせします。
- 三小＝4月16日(水)午後2時～、三小被服室
- 六小＝決定次第、市ホームページなどでお知らせします。
- 七小＝4月12日(土)午前10時～正午、七小大会議室

健康ナビ

「ウォーキングから始めよう！」

～やり方やウォーキングライフの勧め・効果について～

■どうやったら良いの？

ウォーキングは、一番手軽にできる有酸素運動です。しかし、無理は禁物。歌を口ずさんだり、会話ができる程度の強度で行いましょう。また、事故やけがを防ぐために、水分補給と熱のこもらない服装、腰や膝を守るクッション性に優れた靴を履きましょう。ウォーキングの前には、必ず準備体操と整理体操を行い、呼吸を止めないように背すじを伸ばして歩きましょう。

■ウォーキングライフって？

市では、健康増進ウォーキングライフを推奨しています。

①気分転換に(散歩)

毎日楽しく継続でき、気軽にゆったり歩くことで血行が良くなり、リラックス・疲労回復効果があります。

②通勤や買い物で

乗り物を使わずに、無理なく疲れにくい程度に階段を昇り降りしたり、歩くことで運動不足が解消できます。

③楽しく遠出

山や川など、自然を感じながら歩くことで心も体もリフレッシュすることができます。仲間

と会話を楽しみながら行えるのでお勧めです。

④体力づくり

距離・時間・歩く速さなど、運動の強さを工夫しながら、無理なく計画的に行うことで体力を増進し、疲れにくくなります。

■どのような効果があるの？

- ウォーキングの効果としては、①血圧値・血中脂肪・血糖値の減少などの生活習慣病予防
- ②効率よく体脂肪を燃焼できることによる肥満防止・メタボリックシンドロームの予防
- ③うつ病などの予防も期待できるストレス解消
- ④脳細胞の活性化や脳血管の老化を遅らせる老化防止
- ⑤骨粗しょう症予防などがあげられます。

市は、今年度から市民の皆さんの健康増進のために、ウォーキングに重点を置いた事業を展開します。まずは、5月25日(日)に「ウォーキング」をテーマに講演会を行いますので、ウォーキング初心者の方もベテランの方も、これから始めてみたいと興味をお持ちの方も、ぜひご参加ください。

問合せ 健康推進課