

いきいき広場

高齢者の安全と安心な暮らしを目指して



犯罪情報

無締りの住宅が狙われています！



泥棒被害の約半数が無締りです！

県内において、留守中に限らず、住人が家にいる、または寝ている間に泥棒が家に侵入して、金品を盗まれる被害が発生しています。

被害の約半数が玄関ドアや窓などに鍵をかけていない、つまり無締りの状態でした。

侵入した泥棒と鉢合わせになり危害を加えられる場合もあることから、**鍵をかける習慣**を身につけましょう。



泥棒の侵入方法（広島県）



※ガラス破り：窓ガラスを破壊し、そこから手を入れて鍵を開ける

手口を知る

泥棒はいつどこから侵入する？
泥棒が狙うのは…



- ・簡単に侵入できる
- ・人目につかない

侵入場所

- ① 玄関ドアや勝手口
- ② 窓（居室・縁側・ベランダ・トイレ・風呂場）

時間帯

- ① 昼前後（午前11時～午後2時頃）
- ② 深夜（午前2時頃）

被害を防ぐ

泥棒に入られない
3つの防犯ポイント



1

確実な戸締まり

短時間の外出でも必ず鍵を！
泥棒が狙う2階の窓も鍵をかける

2

泥棒を寄せ付けない環境づくり

住民同士のあいさつ習慣
→泥棒は声をかけられることを嫌います。

3

死角をなくす

見通しが良いように樹木を剪定
防犯カメラを設置する



広島県警察からのお知らせ



「**な** **が** **ら** **見** **守** **り**」活動してみませんか？

「**ながら見守り**」とは、子供の登下校時間に合わせて日常の活動をしながら、防犯の視点をもって子供たちの安全を見守る活動です。

一人一人が無理のない範囲で見守ることが、地域全体の安全安心につながります。

水やりしながら

犬の散歩をしながら

ウォーキングしながら

買い物しながら



健康のすすめ～心と体を元気に

テーマ：体を動かして、免疫力を上げましょう

日頃の運動で免疫力アップ！

これから寒くなり、新型コロナウイルスだけではなく、インフルエンザの流行時期になります。

予防のためにウォーキングや健康体操など意識的に運動に取り組むだけでなく、日頃の活動に運動を取り入れて、免疫力を高めましょう。



日常生活で行える おすすめの運動

- 買い物
→ 歩いて行くように心がける
→ 車は店舗から離れた駐車場所にとめる
- 階段を利用する
- 歩幅を広くする
- 少し早足で歩く
- テレビを見ながらストレッチ！

