

# 「ぐんままるごと健康チャレンジ2023」に参加しませんか!!

CO-OP共済 コープ共済連 協賛

## ぐんままるごと健康チャレンジ2023

30日間 楽しみながら

報告はがき提出者には参加賞を差し上げます。

体も心もげんきに!!

CHALLENGE GUNMA

チャレンジ期間 いまから12月31日までの間で30日間

結果報告締切 2024年1月31日

参加費 無料

このパンフレットを受け取ったらすぐに始められます

パンフレット表紙

結果報告の提出者には、参加賞をプレゼント!

参加費無料

ぜひご参加ください!

Webからも報告ができます。



ぐんままるごと健康チャレンジ で 検索

チャレンジ期間 いまから12月31日までの間で30日間

結果報告締切 2024年1月31日(水)

参加費 無料

申込方法 Webから報告か、パンフレットのはがきでお申し込みください。パンフレットはWebからダウンロード、またはお近くのコープぐんまの店舗でお受け取りください。

お問い合わせ お問い合わせは、本誌pチほっとの表紙右上をご参照ください。

コープぐんまは「ぐんままるごと健康チャレンジ2023」に取り組んでいます。楽しく参加して、健康習慣を見直さきっかけにしませんか? チャレンジ6コースの中から選んで(複数コース選択可)、より健康な生活習慣を身につけながら取り組みます。取り組み状況を毎日記録し結果を報告します。

## 群馬県消費生活課からのお知らせ 「特殊詐欺」被害に注意!

還付金詐欺や架空料金請求詐欺などの「特殊詐欺」被害が、数多く発生しています。特殊詐欺被害の約7割が65歳以上の高齢者です。次いで60歳~64歳の被害が2割以上を占めています。特殊詐欺の手口を知り、『被害を防ぐポイント』を実践して被害を防ぎましょう。

### お知らせ

10月は「特殊詐欺被害防止強化月間」です! 特殊詐欺被害防止を集中的に啓発するため、「特殊詐欺被害防止キャンペーン」を実施します。今年度のキャンペーンでは、特殊詐欺電話対策装置を1,000名の方にプレゼントする企画を行います。ご本人からはもちろん、離れて暮らすご家族のために、是非ご応募ください。詳しくは特殊詐欺被害防止キャンペーン特設サイトをご覧ください。



キャンペーンサイト

### 〈特殊詐欺の手口〉

特殊詐欺の多くは、一本の電話から始まります。ご家族だけでなく、警察官、市役所・金融機関の職員などをかたり、「キャッシュカードが不正に使われているので交換が必要」「還付金があるのでATMで手続きして」などと言って、キャッシュカードをだまし取ったり、ATMから送金させたりする手口があります。

最近、「携帯電話がウイルスに感染した」「未納料金がある」となどというメッセージが携帯電話に送られてきて、実際には使用していない使用料金を支払わせようとしていたり、サイバー保険など架空の料金名目で金銭をだまし取る手口が増えていきます。

### 〈被害を防ぐポイント①(徹底しよう)〉

- キャッシュカードの暗証番号は絶対に教えない(暗証番号を聞くのは犯人だけ)。
- キャッシュカードを他人に渡さない・見せない。
- 現金は、家族本人以外には渡さない。
- 請求画面にある連絡先には連絡をしない。



### 〈被害を防ぐポイント②(準備しよう)〉

- 防犯機能付き電話機や特殊詐欺電話対策装置を設置して犯人からの電話に出ないようにしましょう! 自動録音する旨のアナウンスが流れた後で呼び出し音が鳴るため、詐欺電話があったことさえ気付かずには撃退できません。群馬県では、特殊詐欺電話対策装置の無償貸出事業を実施していますが、この事業を利用して機器を設置した方で、県内の被害は報告されていません。
- ATMの利用限度額を下げてください! 万一、詐欺に遭っても、被害を最小限に抑えることができます。お取引のある金融機関へご相談ください。

