

高齢者の安全・安心ガイドブック



千葉県安全で安心なまちづくり旬間

防犯ポスター展最優秀作品

茂原市立中の島小学校6年生岩瀬怜維さんの作品

| | | |
|-------------|-----------------|----|
| も く じ | 電話 de 詐欺 | 2 |
| | 住まいの防犯 | 7 |
| | 地域の絆で防犯に強いまちづくり | 8 |
| | サイバー犯罪 | 9 |
| | 悪質商法 | 11 |
| | 交通事故防止 | 13 |
| | 災害対策 | 15 |

千葉県警察本部

千葉県安全安心まちづくり推進協議会高齢者の安全・安心対策部会

電話de詐欺被害増加！

令和7年中の千葉県内における電話de詐欺の被害は

件数 **1,206件**

金額 **約73億3,900万円** (キャッシュカード引き出し額を含む。)

電話de詐欺の被害に遭わないために、効果的な防犯対策をしましょう！

過去5年の電話de詐欺被害認知件数・金額の推移



金額は大幅に増加！

電話で「お金」や「カード」の話は詐欺！

電話で「親族（息子・孫）」「警察官」「市役所職員」「金融機関職員」などを名乗るものから

お金 キャッシュカード 電子マネー

などの話が出たら、『詐欺』



電話de詐欺の手口を動画でチェック

警察庁・SOS47 特殊詐欺対策ホームページ【ムービー】



ニセ警察詐欺

警察官を名乗って、捜査などの名目で、犯人の指定する口座に送金させるなどして金銭をだまし取る詐欺。

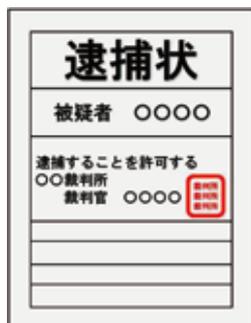
犯人が使用する電話番号

- ・ 警察本部・警察署と同じ末尾に「0110」がつく電話番号
- ・ 番号の最初に「+」が表示される国際電話番号

～手口の流れ～



ニセ警察画像
【警視庁提供】



① 警察官をかたる者から「あなたの口座が犯罪に使われている」、「携帯電話が不正に契約された」などと電話がかかってくる。

※ 総務省、電話会社をかたる者から「2時間後に電話が使えなくなる」などといった電話がかかってくるケースもあります。

② 「LINEのビデオ通話で取調べをする」と言われる。

③ ビデオ通話でニセの警察手帳や逮捕状を見せられる。

④ 「事件に関与していないことを確認するため、口座のお金を確認する」と言われる。

⑤ インターネットバンキング等で犯人の口座にお金を送金するなどしてお金をだまし取られる。

- * 警察はSNSで連絡することはありません。
- * 警察は警察手帳や逮捕状など画像を送ることはありません。
- * 警察は捜査等の名目で金銭を要求しません。

オレオレ詐欺

息子・孫や警察官などを名乗り「会社の書類が入ったかばんをなくした。お金が必要。」などと言って金銭をだまし取る詐欺。



- * 電話で「お金」の話が出たら詐欺!
- * 知らない人にお金は渡さない!
- * 相手の言った番号に電話を掛けない!

還付金詐欺

市役所職員等を名乗り「還付金があるので手続きしてほしい。」等と言って、被害者にATMで犯人の口座に振込操作させる詐欺。

- * 「ATMで還付金」の話が出たら詐欺!
- * 携帯電話で話しながらATMを操作しない!



キャッシュカードを狙った詐欺

市役所職員や警察官、銀行協会、大手百貨店等の職員を名乗り「還付金の手続きをする。」「キャッシュカードが不正に利用されている。」等と言って、キャッシュカードを盗み取る詐欺。

- * 「カードを預かる」「暗証番号を教えて」と言われたら詐欺!
- * 通帳・キャッシュカードは絶対に渡さない。
- * 他人に暗証番号は絶対に教えない。

架空料金請求詐欺

有料サイトや消費料金等について、「未納の料金がある。今日中に払わなければ裁判になる。」等とメールやハガキ(封書)で知らせ、金銭等をだまし取る詐欺。

- * 身に覚えのない不審な通知・連絡には折り返しせず、警察家族に相談する!
- * 相手からの振込、「電子マネーカード」の購入を求められたら詐欺!

電話de詐欺は電話de対策

+(国番号)から始まる国際電話に注意!

電話de詐欺に利用された電話の
約7割に国際電話が使われています。
詐欺被害に遭わないよう国際電話の
着信をブロックしましょう。



電話の防犯対策

固定電話にできる対策



- 申請をすれば無料で国際電話の発着信を休止することができます。

電話による申込

国際電話不取扱受付センター

0120-210-364 に電話する

WEBによる申込

Web申請の
サイトはこちら



< <https://www.kokusai-teishi.com> >

- ※ 郵送での手続きを希望される場合は、国際電話不取扱受付センターにお問い合わせください。
- ※ 発信着信の休止には日数を要します。
- ※ センターからの折返し電話は、**050-3198-9705** または上記センターの電話番号からあります。申込み方法は変更される場合があります。

●その他の対策

- ★ 警告・通話録音機能を活用する。
- ★ 常に留守番電話設定にする。
- ★ 番号通知サービスで相手を確認する。



携帯電話にできる対策

- ★ 携帯電話機の発着信設定を見直す。
- ★ 国際電話の着信規制が可能なアプリを利用する。
- ★ +から始まる番号や知らない番号からの着信には出ない。



被害に遭わない一番の対策は 犯人と直接話さないこと!

SNS型投資・ロマンス詐欺被害増加！

令和7年中の千葉県内における被害

SNS型投資詐欺

件数 **154件**
金額 **約37億6,800万円**

SNS型ロマンス詐欺

件数 **187件**
金額 **約24億7,500万円**

SNS型投資詐欺

SNSのダイレクトメッセージで接触後、LINE等のその他のSNSに誘導し、「株や暗号資産に投資すれば利益が得られる」などと言葉巧みに信用させられ、最終的に、「投資金」や「手数料」などという名目で、ネットバンキングなどの手段により、金銭等を振り込んでしまう詐欺。



気をつけるべきポイント

1. SNSのダイレクトメッセージに注意。
2. 投資先が実在しているか・国の登録業者か。
3. 「必ずもうかる」「あなただけ」といった文言に注意。
4. 投資を勧めている「著名人」がなりすましでないか。
5. 投資に関する「暗号資産」や「投資アプリ」等が実在するか。
6. 振込先の口座に不審な点はないか。

SNS型ロマンス詐欺

SNSやマッチングアプリなどを通じて出会った人と、実際に直接会うことなくやりとりを続けることで恋愛感情や親近感を抱いてしまい、金銭等をだまし取られてしまう詐欺。



気をつけるべきポイント

1. 実際に会ったことのない人からお金の話をされたら要注意。
2. 「投資」に誘導されたら要注意。

侵入犯罪に強い住まいづくりを!

犯人が嫌う防犯の4原則 音・光・時間・人の目

音

誰かが音を
聞きつけて
見に来る!?

- ドアや窓に音の鳴る
センサーの設置
- 玉砂利を敷設



時間

家にすぐ入れないと
誰かに見られる!?

- 窓に防犯フィルム
を貼付



光

顔や車のナンバーを
見られる!?

- センサーライトの設置



人の目

誰かから
声をかけられる!?

- 防犯カメラの設置



防犯対策ポイント

- 脚立や箱など、2階へ足場となるものを置かない。
- 庭木をせん定し、外からの見通しをよくする。
- 宅配ボックスを設置する。
- 窓には、シャッターや雨戸、面格子を取り付ける。
- ドアや窓ガラスを防犯性能の高い建物部品(CP部品)に取り替える。
- ゴミ出しや買い物など短時間の外出でも必ず鍵をかける。
- 就寝時、在宅時にも戸締まりを徹底する。
- 不審な電話や来訪者に在宅状況や家族の状況、資産状況を聞かれても答えない。



地域の絆で防犯に強いまちづくり

家庭で、地域で防犯に関心を持ちましょう

犯罪の手口は、日々変化します。
警察、市町村などから入手した情報をもとに、家庭や地域で情報交換をしたり、予防策について話し合ったりして、日頃の防犯意識を高めましょう。



ご近所の連帯が泥棒を遠ざけます



◎ あいさつが最大の防犯！

不審者等は声をかけられたり、人に見られたりすることを嫌います。

通勤、お買い物、犬の散歩、ジョギングなどの日常生活の中で、外出の際に、防犯の視点をもって行動することで、地域の目を増やし、不審者等を近づきにくくすることができます。

住民の目が行き届いたきれいなまちは、犯罪が起これにくい安全・安心な環境を作り出します。

防犯ボランティアに参加してみませんか

「自分たちのまちは自分たちで守る！」という意識のもと、各地で防犯パトロールや子ども見守り活動など、さまざまな防犯ボランティア活動が行われています。

地域ぐるみで団結し、犯罪の発生しにくい雰囲気づくりをしましょう。



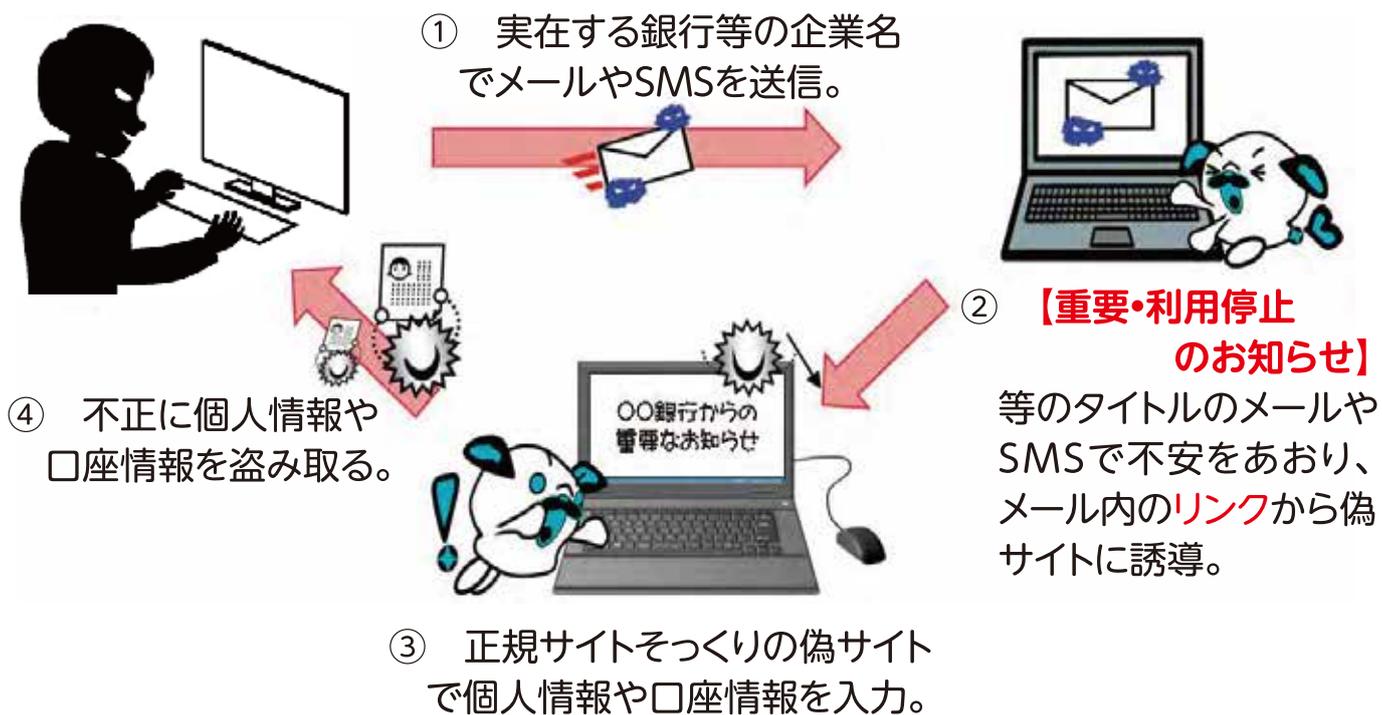
環境美化活動



フィッシング詐欺

フィッシングによる不正送金の被害が急増!

フィッシング詐欺の手口



対策法

メールやSMSに記載された**リンク**をクリックしない

リンク先でID・パスワードや口座情報等を入力しない

サイトへの接続は公式アプリや公式サイトを利用する

変なメールは知人や警察に相談する

フィッシング対策アニメ



YouTube【千葉県警察公式チャンネル】



フィッシングについての分かり易いアニメ。こちらからアクセスして見てにや。

サポート詐欺

突然の警告画面や警告音はニセモノ!

詐欺です



- 「ウイルス感染」等の偽の警告画面が表示される。
- 警告音が鳴り続ける。
- 不安をあおり、警告画面に記載された、偽のサポートセンター(連絡先)へ電話をかけさせる。
- そこで、言葉巧みにお金をだまし取る手口の詐欺です。

対策法

- ・ 絶対にパソコン画面の連絡先に連絡しないでください。
- ・ 焦らず、落ち着いて電源を切りましょう。

悪質商法

調子のいい言葉、
上手い話にご用心!

無料で 家屋を診断します!

親切を装って近づき、家にあがり込まれたら最後、うその話で不安をあおり、必要のない工事を勧める。



だまされないで!!

- ひとつの工事が終わると、次の工事を持ちかける。
- 次々に工事を持ちかけ、高額な請求を繰り返す。

屋根がいたんでいます。
すぐ修理しましょう。



サービスで給湯機も
点検しますよ。

絶対に儲かります! 絶対に損はしません!

「未公開株」、「海外事業への投資」、「クリーンエネルギー事業への投資」など、うその投資話でお金をだまし取る。



だまされないで!!

しばらくすると...

- 配当金が支払われない。
- 解約しようとしても応じてくれない。
- 追加投資として多額の投資を求められる。

絶対に損はさせ
ません。

元本は
保証し
ます。



高金利で安定した
収益が得られる
投資です。

人を紹介するだけで お金がもらえます！

誰でもできる、簡単に儲かると
思わせてお金を集める。



しばらくすると・・・

- 人を紹介して収入を得ることは、
法律に違反する場合があります。
- 出資したお金が戻らないばかり
か、友人をなくすことにも…

会員になると
商品が安く買えます。



会員を獲得すれば
報酬がもらえます。

～悪質商法の被害にあわないためのポイント～

「悪質業者は、う・そ・つ・き！」

う

うまい話を信用しない！

うまい話、絶対もうかる話には、必ず大きな落とし穴…。

そ

そうだんする！

ひとりで判断せず、家族・知人・相談機関に相談を。

つ

つられて返事をしない！すぐに契約しない！

悪徳業者は、言葉巧みにすぐ契約するように迫ってきます。

き

きっぱり！はっきり！断る！

あいまいな返事をせず、キッパリ！ハッキリ！断る！

外出するときは、**反射材**を身につけましょう!

千葉県では「キラリアップ☆ちば」を推進しています。
 (「キラリアップ☆ちば」は、千葉県独自の反射材普及啓発活動です。)



歩いて外出するとき

通り慣れた道でも油断せずに外出したら車に十分注意しましょう!



遠回りでも信号機のある場所や横断歩道を渡りましょう!



信号が変わりそうな時は、次の青信号まで1回待ちましょう!



道路横断中は車の動き(特に左からの車)に注意しましょう!



車を運転するとき

「はればれ運転」でいこう！

はればれ運転とは、「危険を避けるため、運転する時と場所を選択し、運転能力が発揮できるよう心身及び環境を整え、加齢に伴う運転技能の低下を補うような運転方法を採用すること」をいいます。

※はればれ運転は、千葉県独自の名称となります。警察庁では「補償運転」として推進しています。

雨の日は、視界が悪いから、運転は晴れた日にしよう。

体調が悪い時は運転をやめてタクシーなどを利用しよう。

長距離運転はやめて、運転は近所のスーパーや病院までにしよう。



運転を続けることに不安を感じたら、ご相談ください。

安全運転相談ダイヤル 
8 0 8 0
シャープ ハ レ バ レ

〈受付時間〉
平日午前9時から
午後4時

自転車を運転するとき

ヘルメットをかぶりましょう

令和5年4月1日から、自転車利用者に対するヘルメットの着用が努力義務となりました。自転車を運転中の事故では、頭に大けがをして亡くなる方が多いため、ヘルメットを着用しましょう。



標識や信号を守りましょう

自転車は、車と同じ「車両」です。「止まれ」の標識がある場所では、必ず一旦停止して安全を確認しましょう。

自転車保険に入りましょう

自分が交通事故の加害者になってしまうかもしれません。被害者とあなたを守るため、自転車保険に加入しましょう。千葉県では、自転車保険への加入が義務となっています。



あなたが取るべき避難行動は？



情報を行動に

早めの避難で命を守る

| 警戒レベル | 住民がとるべき行動 | 市町村の情報 |
|-------|---------------------|-----------------|
| 5 | 命の危険 直ちに安全確保! | 緊急安全確保 |
| 4 | 危険な場所から 全員避難 | 避難指示 |
| 3 | 危険な場所から 高齢者は避難 | 高齢者等避難 |
| 2 | 避難に備え自らの 避難行動を確認 | 洪水注意報 大雨注意報等 |
| 1 | 災害への心構え を高める | 早期注意情報 |

- 警戒レベルは、災害発生の危険度が高くなるほど、数字が大きくなる。
- 警戒レベルを確認して、危険な場所から安全な場所へ早めに避難しましょう。危険を感じたら自主的に避難！

令和8年5月下旬（予定）より気象の警報などが新しくなります。

| | | | | |
|----------|----------------|----------------|------------------|----------------|
| 警戒レベル5相当 | レベル5 氾濫特別警報 | レベル5 大雨特別警報 | レベル5 土砂災害特別警報 | レベル5 高潮特別警報 |
| 警戒レベル4相当 | レベル4 氾濫危険警報 | レベル4 大雨危険警報 | レベル4 土砂災害危険警報 | レベル4 高潮危険警報 |
| 警戒レベル3相当 | レベル3 氾濫警報 | レベル3 大雨警報 | レベル3 土砂災害警報 | レベル3 高潮警報 |
| 警戒レベル2 | レベル2 氾濫注意報 | レベル2 大雨注意報 | レベル2 土砂災害注意報 | レベル2 高潮注意報 |
| 警戒レベル1 | 早期注意情報 | | | |

- 警戒・注意報の情報名に「レベル」が付記されます。
- 河川の氾濫の危険度の伝え方が変わります。
- 「警戒レベル相当」の情報は「危険警報」として発表されます。

資料：気象庁ホームページを引用

防災・減災は日頃の「備え」

災害時にあなたが必要な物を準備しておきましょう。

- 貴重品
運転免許証
マイナンバーカード
印鑑
現金
お薬手帳
診察券など

持ち出し品

チェックしましょう



- 飲料水・非常食
水
ご飯(アルファ米など)
レトルト食品
乾パン
缶詰など

- 情報収集用品
携帯電話
携帯電話の充電器
予備バッテリー
携帯ラジオ
筆記用具など

避難グッズ

- ヘルメット
- 防災ずきん
- 懐中電灯
- 使い捨てカイロ
- 毛布、保護シート
- 手袋など

救急・衛生用品

- 救急セット
- 常備薬
- マスク
- 歯ブラシ
- タオル
- 下着など



困った時には迷わず相談

相談機関団体窓口

千葉県警察本部相談サポートコーナー

電話 043-201-0110
又は #9110

電話de詐欺相談専用ダイヤル

電話 0120-494-506
(受付:平日8:30~17:15)

最寄りの警察署・交番

千葉県消費者センター

電話 047-434-0999

各市区町村の消費者相談窓口