



広島県警察からのお知らせ



防犯指針で防犯対策！

高齢者のみなさんが安全安心で充実した生活を送るために、この度、防犯指針に「高齢者の安全確保」を盛り込み、一部を改正しました。

防犯指針とは、「減らそう犯罪」ひろしま安全なまちづくり推進条例の規定に基づき、県民や事業者等に対し安全確保のための方策や取組等を示すもので、義務を負わせたり、規制を課す性質のものではなく、自発的な取組を促すことを目的としています。広島県警ホームページに掲載していますので、是非ご覧ください。



防犯指針は二次元コードを読み込むか、「広島県警 防犯指針」で検索！

二次元コード

広島県警 防犯指針

検索

健康のすすめ～心と体を元気に

テーマ：日常生活の中で体を動かす

元気な老後を送るには、運動が不可欠です。
なかなか、運動ができない方も日常生活で体を動かしてみましよう。

日常生活で行える運動

- 徒歩で買い物にでかける
- 少し早足で歩く
- エレベータやエスカレータを利用せず、階段を上る
- 部屋の掃除をする
- テレビをみながらストレッチをする

