

美のあるライフスタイルをデザインする  
女性のためのフリーマガジン

# freek

[フリーク]

TAKE FREE

2021.05  
Vol. 128  
(通巻第190号)



自然を楽しむ!  
〜グルメ&体験とともに〜

- ◆ 自然×グルメ ~開放的な空間で美味を堪能~
- ◆ 自然にふれてリフレッシュ! みえのアクティビティ
- ◆ 心おどる風景に出会う! みえのサイクリング
- ★ 野菜ソムリエプロT.Little Kitchenの野菜レシピ ★ イベント情報
- ★ みえステキWOMAN FILE ★ 映画館上映情報

読者プレゼント

- ★書籍「ときめく雲図鑑」
- ★書籍「東京藝大ものがたり」
- ★なばなの里招待券 (ペゴニアガーデン入館券付き)
- など...



★ freekのホームページでは、連載などのバックナンバーも公開中 ▶▶▶ <http://cs-adcreation.jp/freek/>

## みんなでつくるう 安心の街

### 自転車盗難被害にご用心!

- 自宅や学校、わずかな時間でも鍵をかける習慣をつける。
- 防犯登録をして、きちんと管理された駐輪場に停める。
- シリンダー錠やワイヤー錠・U字型錠などのカギを2つかける「ツーロック」を心がける。



### 特殊詐欺被害にご用心!

- 犯人が突然警察官を名乗って自宅を訪問し、キャッシュカードをすり替える手口が多発しています。
- 在宅時でも「留守番電話」に設定する。
  - または、「自動通話録音機」を設置する。
- \*防犯協会では「振込め詐欺見張隊 新117」を斡旋しています。



### 子供・女性の安全のために!



登下校時などは友達等、複数で行動するなど子供をひとりにさせない工夫をしよう!

- ▶ エレベーター  
非常ベルや各階のボタンを押せる位置に壁を背にして立つ。
- ▶ 電車内  
混雑する車内やドア付近を避ける。\*荷物で体をガードする。
- ▶ ネットストーカーにご用心!  
個人情報、日常生活風景をネット上に公表しない。  
外出時には、リアルタイムでSNSにアップしない。
- ▶ 夜道  
スマホやイヤホンの使用は控え、できるだけ明るく人通りの多い道を通る。



(公社)三重県防犯協会連合会  
☎ 059-225-4333

三重県職域防犯組合連絡協議会  
三重県金融機関防犯協会連合会