緊急連絡先センター通信 Vol.58　2026年7月発行

風船唐綿（ふうせんとうわた）

Emergency Contact Center
〒141－0031　東京都品川区西五反田3丁目2番13号　目黒さつきビル内
TEL ： 03(3491)8106　　FAX ： 03(3491)8107　(一財) 日本鉄道福祉事業協会
Eメール ： kinkyu@jigyou-kyoukai.org

風船唐綿 2026年 夏号

契約者の皆さま、毎月の安否確認連絡、ありがとうございます。短い時間ですが、皆さまの声や近況等を聴き、いつも元気をもらっています。皆さまからは「やっとつながった」「〇回掛けたよ」などの声もいただいています。大変ご面倒をおかけしておりますが、2人で頑張って対応しておりますので、何卒、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

今年も暑い夏がやってきました。すごく心配していることは熱中症です。人間は錯覚を起こす動物です。知らず知らずのうちに熱中症になってしまうので、自分は大丈夫と過信せずに水分・塩分補給、休養を取って、体調管理にお互いに気をつけていきましょう。

「気温」も「物価」も上がりっぱなしで、財布の残高だけが下がりっぱなしです。いつになったら生活にゆとりが生まれるのでしょうか。不安だらけの社会、将来ですが、人とのつながりと思いやる心を豊かにしていきたいです。これからもご連絡をお待ちしています。

ベルが鳴る　電話誰から　あたふたと
名前探して　声聞き安堵　　齊藤

電話連絡について

毎月1日～7日（土・日・祝日を除く）に皆様からの安否連絡をお願いしております。

最近、**電話の電源が入っていない**、**電話を解約して連絡手段がない**等、連絡が取れない方が増えております。

- **電話の電源をいれる**
- **着信音が鳴るようにする**
- **着信を確認する**

随時、連絡が取れるようお願いします。

投稿募集

風船唐綿では、素敵な投稿を随時募集しております。

- 写真、絵、俳句
- おススメの本、映画
- 生活の知恵

皆様の身近な面白いお話やおすすめのお店等で、ぜひとも、風船唐綿を更に賑わせてください♪

投稿コーナー

投稿者：T様

虹二重（にじふたえ）　西（にし）の方（ほう）なる　想（おも）ひびと
紫陽花（あじさい）の　風（かぜ）の木陰（こかげ）に　憩（いこ）ひけり

虹二重…はっきりと鮮やかな「主虹」とその外側に見える薄い「副虹」が同時にかかる現象。珍しいことから幸運のサインとされ、「願いが叶う」等の意味があると言われている。

虹自体が珍しいですが、二重の虹はさらに珍しいですよね。皆さんは見たことありますか？

古くから西の方向は、離れた人や場所を想起させると言います。雨上がりの空にかかる二重の虹を見て、「あの人も、今同じ虹を見ているのかな…」と思いを馳せるロマンチックな雰囲気を感じました。

ちょこっと豆知識

1年の中で湿気も多く、外出が嫌になる時期『**梅雨**』。今日は梅雨に関して少し調べてみました。

梅雨…春～夏にかけて雨や曇りの日が多くなる季節現象
時期…5月下旬から7月中旬頃
場所…日本（北海道を除く）、韓国、台湾、中国の沿海部等

なんと、曇りの日も梅雨と呼ぶようです。何となく 梅雨＝雨 と思っていた人が多いのではないでしょうか。

この時期は湿気が多く、気温が上がると発汗による体温調節が難しくなり**熱中症**や**梅雨だるさ**を起こしやすくなります。ぬるめのお風呂にゆっくり浸かって自律神経を整えることや、香味野菜を食べて体内の余分な湿気を排出することをオススメします！

また、部屋も換気と除湿をしてカビやダニの繁殖をおさえて、少しでも快適に過ごす工夫を行いましょう。

おさんぽ写真
Walking Photos

投稿者：F様

今回は色とりどりの『**菖蒲**』の写真をいただきました！東村山市にある北山公園菖蒲苑で菖蒲まつりが開催されていたそうです。

約600種類、8,000株、10万本の花菖蒲が咲き誇っていたとのことです。濃紫から薄紫、黄色等、「色彩の魔術師」と呼ばれるだけあって、たくさんの色がありとても綺麗ですね♪
皆さんも来年ぜひ足を運んでみてください。

次回の風船唐綿は　**秋**（10月）発行予定です。