

すまいるたん



発行元
東京新聞
南千住東口専売店
TEL5850-3699
発行責任者
鬼塚 佳代子
TEL090-2657-0300

会えない今、電話で人と繋がる
ふれあい電話 登録者急増中!

「もしもし、お変わりないですか?」

ふれあい電話(荒川区社会福祉協議会)

は昭和五十一年に開設されてから四十四年、多くの方の声を聴いてきました。毎

週(月曜から金曜)一〜二回程度、電話担当員が登録された方に電話をかけて

お話を伺っています。十人の六十代七十代の女性担当員が、それぞれ決ま

た方(登録者)を担当する、言わば“お電話での傾聴活動”なのです。そ

れぞれが決まった方を担当されます。「感染が怖くて外に出られない」

「誰とも話をしていない」
新型コロナウイルス感染拡大のため

外出を自粛されて、不安を抱えながら一日中誰とも話さなくテレビを見て過

ごされる高齢者の方が増えています。「会えないなら電話で会話を」

高齢者の方には認知機能低下防止に

会話することはとても大事です。会話する時、相手の言葉を聴いて、内容を

理解して考えて応答します。脳の前頭葉や海馬がフル回転して脳を刺激し活

性化します。会話することで喜怒哀楽の気持ちの変動を感じることも大切です。また、声を出さないと声帯が萎縮

し、声を出しにくくなるとも言われます。会話が出来る機会を持つことは心身の健康維持に大切です。

「会費、電話代は無料」

固定電話でも携帯電話でも、電話代の負担はありません。人との接触を八割減

らそうという今、ふれあい電話を利用すれば外出しなくても自宅で気軽に話

ができます。「うまく話せるか、不安」

大丈夫です。経験を積んだ担当員は季節の話や取りとめもないお話でも悩み事

の相談でも言葉を引き出して寄り添います。電話で話し相手ができることにより人

や社会と繋がりが出来ます。自分の話に耳を傾けてくれる人の存在、自分のこと

を知っている、一緒に悩んで共感してくれる人がいることは心強いです。

「電話を待つている人がいるから」
担当員は東日本大震災の時も安否確認

の電話をかけていました。台風などの災害時やこのような非常時も担当する方の

ことを思い真摯に活動されています。「秘密厳守」

担当員は厳格な守秘義務を負っています。内容は外部に漏れることはありません

ん。心の扉を開けて気持ちを吐き出すことで心が楽になります。大丈夫と言われ

ると前に進めます。

「見守っています」

ふれあい電話は見守り活動も兼ねています。二週間、安否確認できず緊急性あ

ると判断した時は関係機関に繋がります。オレオレ詐欺の心配で電話を敬遠され

る方も多いと思いますが、電話は荒川区社会福祉協議会から決まった曜日の決ま

った時間にかかってきますので、ご安心ください。息子さんが電話登録された方も

おります。「ふれあい電話で心身の健康を」
申し込まれた翌日から、電話を受ける

ことも可能です。また、辞めることもすぐにできます。

こんな時期だからこそ、温もりある声の訪問を受けて繋がりを

を持ちませんか。ほっとできるひと時、

電話の声に笑顔が生まれます。脳の活性化と

心の安定を。



お問合せ
荒川区社会福祉協議会 地域ネットワーク課
TEL : 03-3802-3338
FAX : 03-3802-3831
(月～金) 8時30分～17時15分