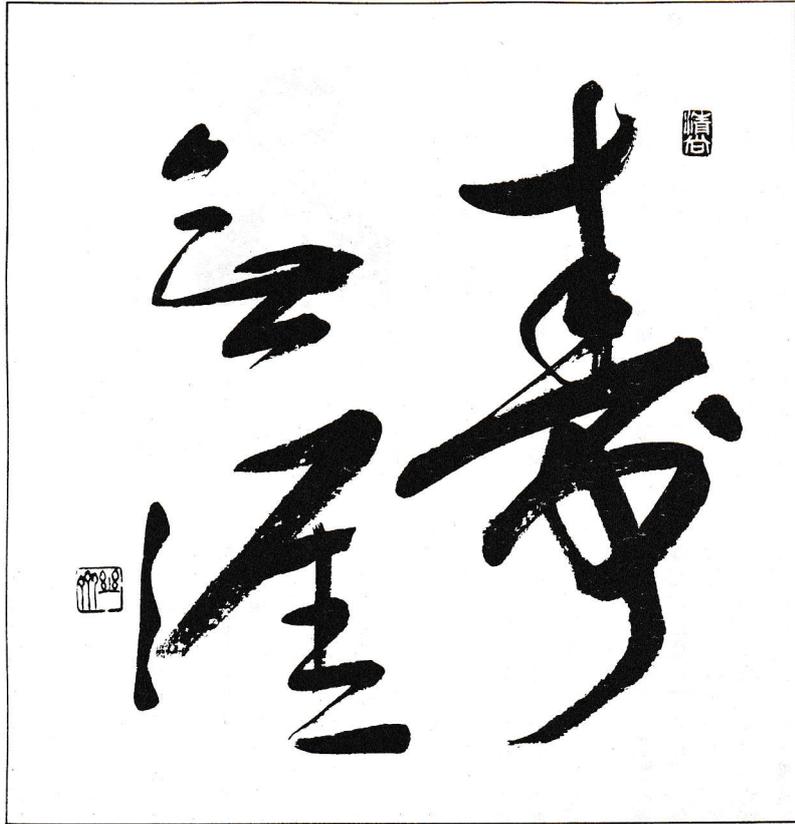


電友会四国連合会報

第 6 号

73. 6



目次

電友会のみなさんへ	四国電気通信局副局長	二
人間開発の泉	高知電気通信部長	二
最近の公社の動き	四国電気通信局文書広報課	三
満電満鉄等の職員期間が恩給の在職年数に加えられる		五
徳島電信電話会館四月九日オープン		五
油絵からコケづくりまで	植 田 草園子	六
電友会にのぞみたいこと	田 中 義 隆	七
長寿漫談	猪 谷 嘉 夫	八
沖縄の旅	藤 田 基 孝	一〇
年金情報(事務局から)		
生きている証拠—戸籍抄本を—		六
年金の支給日が繰り上げられる		六
年金改正案も国会へ		六
恩給、年金 今後の問題点		一
会員消息		二
俳句、和歌		七
表紙のことば		一
編集部から		一八

電友会のみなさんへ

四国電気通信局副局長

町田 邦男



今年の一月の人事異動により副局長を命ぜられました町田であります。四国ははじめての任地であります。このように美しい人情と豊かな自然にめぐまれた風土の中で勤務できることは大変幸せだと考えております。

四国電友会につきましては福田前副局長からも伺っておりますが、関係各位の皆様のお御努力により昨年第一回の連合会総会を開催され多数の御出席を得て、飛躍的な活動への第一歩をふみ出されたと承っております。我々としてもまことに喜ばしい限りであり、今後の順調な発展を念願するものであります。昭和四十八年度は電電公社にとりまして、第五五ヶ年計画へスタートの年であり、また広域時分制を完了させるなど長い電気通信事業の中でも画期的な年であります。今後は我々の事業も今迄以上に地域社会の方々との接触が必要となり、国民の皆様のお望みを積極的につかんでいかなければならないと考えております。少しでも多くの電電公社の理解者をつくらせていくことが我々の役目を達成するためにも必要なのであります。し

かし考えてみますと、我々はかつて電電公社に在職され、今は部外に居られる諸先輩つまり四国でいえば各県の電友会の方々ですが、にさえ、十分に事業の動向をお伝えする努力を怠っていたのではないかと反省しております。具体的に何を願うかというようなことではなくても、少くともできるだけ多くの機会に我が社の実態を理解して頂き関心をもって頂くことが第一歩であろうと思っております。電友会は同窓会でありまして、逢うことが最大の目的であろうと思えます。その意味で四国全体の連合会が総会を開かれたことはまことに意義深いことであると思えます。予算上、時間上、各種の制約もあると思えますが、地味でもよいからできるだけ集る機会を工夫し、その席に我々各社の者も加えて頂いて公社に対する御理解を深めて頂くと共に、部外者としての立場から御助言を頂ければ我々としてもまことに幸せであります。この種のもものは急激に理想に近づくことは難しいと思えますが、一年ごとに実質的な会の活動を積み重ねていくことにより、会的目的に沿う組織づくりも可能であろうと思えます。役員の方々も大変意欲的に御努力頂いておりますし我々としても及ばずながら会の発展のためにお力添えをさせて頂きたいものと考えております。最後に、私個人といたしましても、冒頭申し上げましたように四国に参りましてからまだ二月であります。できるだけの機会に諸先輩におめにかかる機会を得て、御助言を賜りたいと考えておりますので何分よろしくお願いいたします。

人間開発の泉

高知電気通信部長

松田 利三



高知県下の電話は、この三月末で地集を含めて約十五万加入に達しました。十号台風が来襲した昭和四十五

年度が、約十万加入でしたからこの二年間の増加率は実に五十%となる訳です。私は電話の数そのものよりも、このテンポの早い増加率に注目したいと思えます。つまり二年前より五割増しの加入者を対象とした経営は、二年前の方法を踏襲していたのでは、早晩至る所で行き詰りが来るであろうことが火を見るより明らかであるからです。

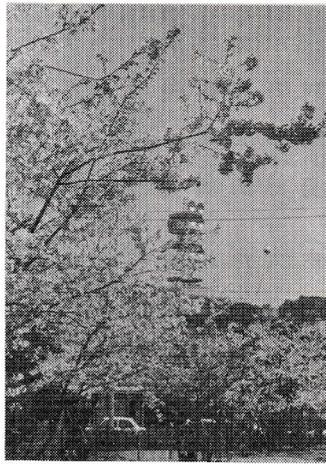
これをさらにサービスの面でもとらえ、電話なるものの社会生活への食い込み方、浸透度を考えてみますと、数の面での五割増しは、浸透度も五割増しかと申しますと、決してそうではなく、電話の持つ今日的性格からみて社会的影響の強さは、十万加入の時代の何倍にもなっているかもしれないのです。これは普及率などという単純な尺度では分らない側面だと思えます。残念ながらこのようなサービスの社会的浸透度、影響度を計量的に測定する方法は未だ開発されておりません。たとえは、四十五年来襲した台風十号が、もし今

年来襲したならば、電話の被害規模は五割増しかも知れませんが、電話が至る所で途絶することの社会的影響度は、五割増し程度などとは到底考えられません。したがって、二年前の経験から作成したわが通信部の災害対策も、その後の経験も加味して早急に見直しつつある訳であります。

このように、従来のやり方をあらゆる面で見直しを行い、経営とサービスの前進を考える場合に、当然のことながらこれを実行する担い手として、「人」の育成開発が、最重要的な基本問題となります。このことは何時の時代にも、また如何なる変革の時にも帰り来る、古くて新しい命題であります。しかしいろいろ新しい人間開発の手法などに取りつく以前のことにして、私は人々が働く地域の風土に根ざした、人間の根源を探ることがなによりも必要ではないかと思えます。たとえば高知県は四国のなかでも一種独特な風土と人情を形成しており、気性は荒々しいが、純真素朴、意気に感じ易く、人間的素材としては稀れにみるものがあると思われまふ。これを人間開発の基盤に踏まえることが必要ですが、それは理論ではなく多くの実践のなかから練りあげる類いのものであります。

今日に見るような公社事業の発展の礎えには、多くの先輩諸士が、その土地土地で勤しみ、かつ後輩を育成して来られた、人間の息吹きのようなものがあると信じます。私はここで電友会の皆様にお願ひし、またこの会の働きの一つとして期待したいのは、そのような土地土地にあるわが社の人造りの泉を、一層ここんと豊かならしめんために、後輩と

交わり、集い、大いに語らって頂きたいと思うことです。それによって皆様もますます意気盛んに、健やかに過される糧にもなるうかと思ひます。



さくらの向うに松山電話局のタワー

最近の公社の動き

通信局文書広報課

◆ 四八年度公社予算について

公社四八年度予算案は三月十三日よる政府関係機関予算として、一般会計予算、特別会計予算と一緒に衆議院本会議で可決、参議院に送付されました。この会報がお手元にとどく頃には参議院でも可決、成立しているものと思われまふ。

四八年度公社予算案は、第五次五ヶ年計画の初年度の予算案であり、五二年度末には全国的規模において積滞を解消するという目標達成のため、三一〇万加入の増設計画を中心に、ビル電話八・五万、公衆電話八・九万、

プッシュホン四五万、ホームテレホン一〇万セットの増設、さらに進展する情報化社会の要請にこたえ販売、在庫管理システム、科学技術計算システム等のデータ通信サービスの拡充を計画しており、建設投資額は一兆一九四〇億円を計画しております。また、事業収入は一兆六六二五億円、事業支出は一兆六五七九億円という大型予算案となっております。

◆ 人事異動について

一月から二月にかけての定期人事異動で次の各氏が発令されました(敬称略)。

◎ 通信局部長等

- ▽ 副 局 長 町 田 邦 雄
- ▽ 秘 書 課 長 西 本 寿 恵 一
- ▽ 経 調 室 長 森 山 泰 巖
- ▽ 営 業 部 長 富 永 武 義
- ▽ 施 設 部 長 本 間 正 剛
- ▽ 保 全 部 長 勇 士 一 敬
- ▽ 資 材 部 長 宮 下 義 朝
- ▽ 学 園 長 吉 井 啓 郎
- ▽ 保全工事務所長 菅 俊 夫
- ◎ 通信部長
- ▽ 松山搬送部長 大和田 弘

▽佐	▽高	▽阿	▽鴨	▽丹	▽阿	▽徳	▽土	▽長	▽讚	▽高	▽多	▽琴	▽善	▽川	▽西	▽壬	▽伊	▽内	▽久	▽伊	▽中	▽伊	▽八	▽松	◎局・所長	▽松山	▽愛	▽香	▽同	▽徳	▽松山	◎通信部次長	▽松山
波勝	浦島	生	谷	南	島	庄	尾	木	瀬	津	平	寺	江	条	川	予	吉	田	子	万	山	島	濱	報	藤岡	本	加	遠	北	大			
川	知	浦	島	谷	南	島	庄	尾	木	瀬	津	平	寺	江	条	川	予	吉	田	子	万	山	島	濱	報	藤岡	本	加	遠	北	大		
松	原	山	赤	芳	幸	賀	太	高	阿	吉	角	藤	森	大	宇	山	野	渡	十	大	大	加	綾	松	藤	本	加	遠	北	大			
下	本	兼	保	伊	廣	明	正	照	精	陳	久	覺	榮	利	義	賢	勲	勝	代	佳	高	省	正	重	岡	喜	喜	正	和	久			
武	淳	義	之	三	郎	男	孝	一	雄	寛	一	明	夫	一	勝	教	一	勲	勝	代	佳	高	省	正	重	岡	喜	喜	正	和	久		

- ▽窪 川 沖見 章
- ▽宿 毛 吉本 元樹
- ▽電信施設所 夷 俊雄
- ▽松山統無中 藤村 茂幸
- ▽宇和島統無中 小松 秀雄
- ▽土佐中村統無中 大崎 秀雄
- ▽高知統無中 永野 栄二
- ▽新居浜統話中 高本 隆之
- ◎ 福田前副局長が業務管理局次長に栄転されたほか次の各氏が管外に転出しました。
▽本社マイクロ無線部本土・沖縄間マイクロ回線工事、事務所長 村上 博
- ▽東京経理部長 鳥海 勝喜
- ▽近畿第一計画部長 林 実信
- ▽福山局長 沼田 龍雄
- ▽本社監査局 高津 寛
- ▽大阪網管 島田 玄太郎
- ▽関東監査部 高波 昇
- ◎ 次の各氏が勇退される予定です。
▽大山 一之 (松山搬送部長)
- ▽小林 俊雄 (徳島局長)
- ▽溝田 芳次郎 (阿南局長)
- ▽政本 邦興 (善通寺局長)
- ▽越智 太郎 (丹生谷局長)
- ▽中野 幸十郎 (久万局長)
- ▽田村 梅男 (内子局長)
- ▽片岡 増一 (長尾局長)
- ▽黒田 富一 (伊予吉田局長)
- ▽西山 重偉 (多度津局長)
- ▽原 重雄 (川之江局長)

とおりです。

△通信局▽
。経営調査室の事務近代化準備室を事務近代化企画室と改称
△付属機関▽
。資材配給局の工材課を線材課と機材課に分課。

△通信部▽
。各通信部の線路工事課を第一線路工事課と第二線路工事課に分課。
。高知部の保全課を線路保全課と機械保全課に分課。
。高知部に土木課を新設。
△現場機関▽
。久万局の施設課を線路宅内課と機械課に分課。
。阿南局の庶務課を労務厚生課と庶務課に分課。
。土佐中村局の線路宅内課を線路宅内課と市外線路課に分課。

なお、本社の営業局と運用局の組織が再編成され、新たに「営業局」と「業務管理局」が設置されました。これは、最近における電信業務改善計画の実施による窓口の統一、総合的販売活動の推進など、時代に即応した仕事の展開にともなって、営業局と運用局の業務の密接度が高まっています。また、体制の整備を行なったものです。

両局の担当業務概要はつぎのとおりです。
営業局 Ⅱ 料金、制度、市場開発など、従来営業局が扱ってきた業務のほか、従来運用局で扱ってきた委託業務、関連会社管理などの業務を担当し、対外的な公社の窓口としての

業務を行ないます。
業務管理局 電信電話サービス全般の販売活動、サービス管理などについて、通信局以下への指導を主として担当します。

**満電、満鉄等の職員期間が
 恩給の在職年数に加えられる**

昭和四七年度の恩給法の改正により、外国政府等(旧満洲国、満電等)の職員期間が、恩給の基礎となる在職年に通算されることになったので、左記に該当するかたは請求手続をする必要があります。くわしいことは通信局厚生課共済係へお問合せください。

記

- 昭和三十一年七月一日以前に、恩給公務員(任官者)として、公社(公社移行前の電気通信省等を含む)を退職した者、またはその遺族で、次の期間を算入することによって、(A)新たに文官普通恩給またはこれにかかる扶助料の受給権ができる者、(B)すでに裁定を受けた文官普通恩給等の年額が改定される者。
- (1) 南西諸島において、戦務に服した文官に対する加算年数
 - (2) 旧日本医療団の職員として在職していた期間
 - (3) 日本赤十字の救護員として在職していた期間
 - (4) 昭和二〇年八月八日前に外国政府等(旧満洲国政府および別表①の外国特殊法人)

の恩給公務員相当の職員を退職し、引続き恩給公務員(日本政府の官吏)となり、昭和二〇年八月八日まで引続き在職していた場合の当該外国政府等の職員期間

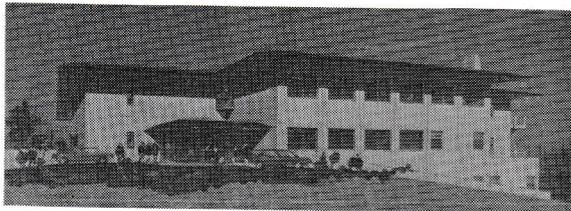
- (5) 旧満洲国、旧中華民国等にあった特殊な政府関係機関(別表②)の職員として在職していた期間
- (6) 南西諸島の行政権分離の日(昭和二十一年一月二十九日)以後に琉球政府等の恩給公務員相当の職員となった場合の当該職員として在職していた期間
- (7) 琉球政府の恩給公務員相当の職員として在職していた期間に附される辺すう、不健康地加算および教育職員等としての勤務加給を附される在職期間

- (別表)
- ① 旧満洲電信電話KK 旧華北電信電話KK
 - 旧華中電気通信KK 旧蒙疆電気通信設備KK
 - 旧満洲鉄道KK 旧華北交通KK
 - 旧華中鉄道KK 旧北支頭中公司
 - 旧華北広播協会
 - ② 旧満洲拓殖公社 旧満洲特産専管公社
 - 旧満洲農産公社 旧満洲農地開発公社
 - 旧満洲畜産公社 旧満洲繊維公社
 - 旧満洲林産公社 旧厦門コンロス共同租界工部局

徳島 高知 電信電話会館

四月九日オープン

徳島と高知に電信電話会館が開設された。



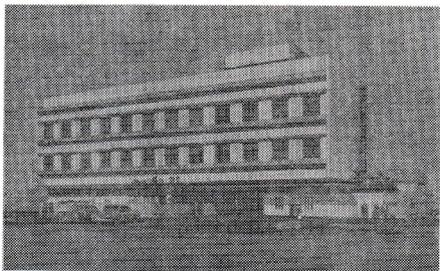
徳島電信電話会館

これで四国各県にそれぞれ電信電話会館ができた次第です。会館の利用については、会報第四号でお知らせの通り、わが会員は公社職員と同じ取扱いが受けられます。

所在地
 徳島市八万町下福万一二八八八
 高知市鷹匠町一丁目三の一

構造

- 鉄筋コンクリート三階建、延一五〇〇㎡
- 宿泊定員 四〇名
- 利用料金
- 宿泊 五〇〇円
- 夕食 三七〇円
- 朝食 一三〇円
- 奉仕料一〇%



高知電信電話会館

利用申込 直接会館へ申込むこと

徳島 。八八六―六八―二五四九
高知 。八八八―二三―八四三三

年金情報 (事務局から)

生きてる証拠——戸籍抄本を

年金受給者の資格確認のために、戸籍抄本または住民票の写を、左記参照のうえ、提出してください。期日(四月二十日)におくると、年金の支払ができなくなることもあるそうです。

- 。抄本等は四月一日以降に証明を受けたものが必ず必要です。
- 。提出の書類には必ず年金証書の記号番号を余白に記入のこと。
- 。送付先 四国電気通信局職員部厚生課
(松山市一番町四丁目三)

年金の支給日が繰り上げられる

公社年金の支給日は、従来支給月の十五日であったが、かねて公社に対し、この支給日を繰上げられるよう陳情していたところ、四月八日九月期支給分から各支給月の六日に繰上げ支給されることになりました。

年金改正案も国会へ提出

(退職公務員新聞から)

恩給の画期的な改正がきまった後を追って

各種の共済組合関係の年金改正法案も国会に提出された。その内容は既報の恩給増額と同じ内容で改善されるものである。

1. 現行仮定俸給を二三、四％引き上げる。(但し四六年度退職者は一〇、五％増)
2. 右のほか、七十歳以上の者は仮定俸給を四号俸引き上げる。(四号俸の引上げは平均で一四％)

(注) 以上は本年十月から実施。



松山城のさくら

油絵からコケづくりまで

植 田 艸園子(計栄)

あれは二十年前のことになるだろうか。守衛のAさんと世間ばなしをしていて、「休みの日は山へ行って、サツキを掘ってくるの

が一番の楽しみだ」というのを聞いてあせんとしたことを覚えている。

それは、家庭のAさんになんとなく想像していたお孫さん中心の好々爺ぶりとは違って、意外と活動的な趣味を持っている驚きと、サツキの山取りというような境地がさっぱり理解できないとまどいというようなものだった。ところがあの時のAさんの年格好に近づいたわたしが、近ごろサツキの山取りをしている。微苦笑とともに多少の感慨があったとしても不思議ではない。

人の趣味は環境に左右され年令とともに自然に変わっていく。わたし自身をふり返ってみても、雑文書きと油絵をやった初期から俳句、水石、釣り、盆栽、囲碁といった具合で、かなり幅広い振幅をとっていることに気づく。若い仲間たちといっしょに、全裸のモデルをならんで一生懸命クローキをやったころは、なんととっても若かったし、未成熟ながら充実した毎日だった。しかし、それもすがすがしい思い出のひとつとしてはるかに遠く離れた。

俳句仲間のTさんに「油絵はピフテキの味で日本画は、お茶漬の味」という持論がある。この日本画、お茶漬論でいくと、油絵と俳句、水石では、文字どおり水と油でなんのかかわりもないことになるのだけれど、わたしにとってはそうでなかった。これらの間にはちゃんとしたつながりがあり、いまもなおそれぞれにながしかの未練と愛着を感じている。

いってみれば、美しいものを求めそれに浸り、表現し、創造する喜びといった根底に流

れるものはみなおなじであって、ただ手段手法の違いに過ぎないのではないだろうか。

先代の三遊亭金馬師匠は有名な釣りキチで、カモメやツバメを釣ったことがある。退屈まぎれに、家の中でネズミを釣ってその足に鈴をつけてはなしたという。わたしも蚊針でハヤを釣っていて鬼ヤンマを釣ったことがある。まあごたぶんにもれずいろいろやってきた果てが病コウモウなんとやらで、サツキの山取りはおろかコケづくりまできたのだからわれながら驚くほかはない。

それも実はひよんなきっかけからだ。去年の春新築祝いのためひさしぶりに大阪の妹の家をたずねた帰り、なんとなく貰ってきた数本のサツキ苗と十本ばかりの菊苗がきっかけだった。

遠路はるばるもたらしたせつかくの記念品、なんとか一応はものにしてやろうということではじめた。丹精のかいあって、どうやら菊の方はその道の先輩から「はじめてにしては上出来」とほめられた。さて一方のサツキの方が問題。いろいろ手がけているうち鉢のかわき加減を知る水やりのバロメータとしてコケが必要になってきた。園芸店で売っているミズゴケはこの用にはむかない、溪流釣りのついでに山ゴケを取ってくるようになった。はじめは長柄ダムの上流、柏原溪谷のあたりで採取していたが、すぐ近くの山にいくらでもあるのが見つかった。しかも大形、小形、横に這って広がるものいろんな種類が手にはいる。

拙宅は小供部屋の建て増しで、日あたりの悪い小さい庭があちこちにある。こころみに、

この庭へ幾種類かのコケを移してみると、狭いながら地表に緑いっぱいコケ特有の庭が生まれた。

はじめは、なんとなくしっくりしなかったコケもだんだん自然に近い状態になり、そのうちぐるりには別種のコケの自生を見るようになって、だんだんとふぜいのある庭になってきた。

ちなみに、有名なコケ寺、京都の西芳寺にあるコケは全部で八十種、しかし主なものは四種類、なかでもオオスギゴケとホンバオキナゴケは、そのはえ方、色、形などがまったく対照的でこの二種類の組み合わせがコケ庭の中心になっている。わが家のコケ庭もこのお手本にしたがったこともちろんである。

電友会にのぞみたいこと

松山 田中 義隆

まず第一に、公社退職者はすべて入会のこととしたい。退職と同時に入会なら、円滑にいくのではないか。げんに未入会の知人に理由をただしたら、「入会しようと思いついて忘れるのだ」といっていた。日がたつとおっくうになるから、公社の協力を得て、退職時の勤務先で入会の手続きをしてもらえないものか。

自分の当身をふりかえると、退職は未知の世界への出発で、とても不安だった。今後の生活をどうするか、税金がどれほどかかって

くるか、国民健康保険に加入しなければならぬのか、そんな思案にとまどったものだ。それを入会と同時に相談相手となり、助言や手ぶきをしてもらえらるなら、たしかに心強いはず。入会をためらう人はあるまい。

余談ながら、電気通信共済会に医療共済が誕生したのはありがたい。欲をいえば、これに加入しておれば、国民健康保険は不要にしてほしい。強制加入というのですぐ手続きをしたが、年間所得が最高時にあたるので、保険料も最高額になる。まったくやりきれない思いをしたことだ。

毎年の総会に出席して思うのは、先輩たち高令者の元気なことである。働き甲斐のある仕事を持っている人ほど、そうだ。したがって体力があり、気力があって働きたい人に、就職の斡旋をしてほしい。就職希望調書をあずかっていて、能力相応の職場へさしむけることは、本会の目的にそうことでもある。

私事で恐縮だが、公社囑託の債券相談役もあと一年で終わる。そういう期限つき就職者は他にもいて、余力ながら社会へお礼返しをできるだけしておきたいのは、だれしも同じであろう。

次に、会員に待たれる会報として、老人病関係の医療記事を毎号二分の一ページほど、掲載してはどうか。先刻承知のことだろうが、つねに関心を深めておきたい。公社医療機関もあることゆえ、その協力を得て連載を企画してほしい。

また会員が読んで感銘した本の紹介もどうか。死はもはや対岸の火事ではなく、その心構えを説いた本など、折にふれて読んでおきた

い。著者、書名、発行所、定価、感想を掲載してほしい。

先日、事務局で毛利さん所持の本を拝見した。田中塊堂著「写経入門」（創元社刊、八五〇円）で、まさに初心者向きだった。市内の書店になく、たまたま旅先の広島の書店で入手したときはうれしかった。よい本は心の友である。

長寿漫筆

猪谷 嘉夫

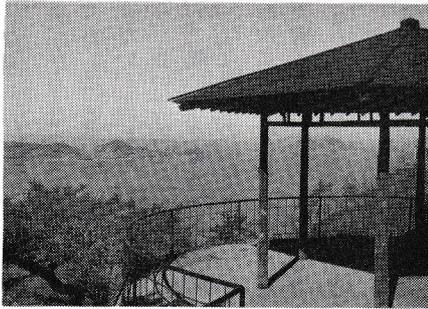
生きとし生ける人間、生をこの世にうけた我々にはできることなれば一日でも永く生きたいと願うのは誰しものことであろう。殊に終着駅がチラホラしかけるに従い生への執心が一層強くなる俗人としては無理からぬことである。それでは人間の寿命はどの位続くものであるうか、色々説もあるようだが大ざっぱにいえば、成長期—二十年の五倍即ち百歳近くまでは生きながらえることができるのとことである。従って二十歳までを上り坂とすればそれから後は下り坂になる。上り坂は急傾斜であるが下り坂はかなり緩やかで、殊に四十才頃までは非常に緩やかで俗に働き盛りといわれ人生の花盛りでもある。四十を過ぎた頃から下りのテンポが少々早まり更に六十以後では稍々急になって老域に達することになる。昔から迷信とは知り乍らも或る程度信ぜられておる風習に厄年というものがある。男

は二十五才、四十二才、六十一才で女は早熟の為か十九才、三十三才となって後は同じだ。ついで乍ら厄年は、陰陽道（占い）の説で平安時代に公卿の間で信ぜられておったが、後に武家、民間にも及んだと、ある事典に書いてあった。要するに厄年は体が変わって行く界に当る更年期であって、更年期に対処する警戒警報と解釈すれば強がち一蹴するまでのことではないと思われる。それにしても十九なり二十五才とは少々早過ぎるし、世間の人も厄年とは思っていない。然し下り坂にかかった途端にその心掛如何によつては後年に悔を残すことにもなりかねないのである。例えば成人病の一つである高血圧症などは二十台にその遠因をつくるとも言われておる。こうして見れば最初の厄年だと軽視すべきではない。厄年だと気にすることはない、唯警戒警報として素直に受けとめて日常の行動に心を配るようにすることが大切かと思う。昭和の初期だと思ふが或る医師が「四十からの健康法」という本を出したらよく売れた。私も売んだ記憶があるが、上記の理論からすれば四十からでは手遅れで二十からの健康法を示すのが誠心的ではなからうかと思う。

最後の厄年を無事に切りぬけばその後は余命の様な考えから、七十七、八十八、九十九才は夫々喜寿、米寿、白寿と称して祝うことにしておる。七十七の喜寿とは喜の字を草書体で書けば七を重ねたようになり、米寿は米の字を分析すれば八十八になる。白寿は百の字の上の一をとれば白という字になり計数的には百から一を引けば九十九となるからで、少々駄洒落じみておる。白寿は世間では余り

通用していない一つには百才近くまで生きる人が少いからだと思われる。私は白寿について何かの本か雑誌で売んだような気がする程度のことであるから確かなことは判らない。

本来なれば百歳近くまで生きながらえる筈のものが、それ以前に寿命を縮める原因としては災害、遺伝体質、中年期における心身の酷使—疲労の蓄積乃至は不摂生などが主なものとしてあげられる。災害といえは昔は殆んど天災に限られておったが、当今では人災の方が非常に大きくなった。災害は災難で自分の意思ではどうにもしようがないものと思えるものの老人の被害者が多い。やはり耐力力が弱くなっておることも一つだが、反射神経が鈍化して、咄嗟の場合に処する反射運動が敏速に働かない為だと思ふ。多少運動をつづけておれば反射運動もそう著しく鈍化しないので災難と虽も或る程度回避できるものである。次は遺伝体質であるが、これも自分では如何ともできないと考へるが、これも心掛け次第では遺伝体質を悪い方向に助長して命を早めることにもなれば、逆に日常生活方法に気をつけておれば或る程度抑制することもできる。遺伝体質を余り気にすることは自縛自縛に陥ることになるから、これを抑制するように努力する必要こそあれ神経質になることは厳として避けなければならぬ。それでは自分ではどんな遺伝体質をもっておるかを知ろうとすれば、先づ両親の体質を判断するがこれだけでは充分でない。更に両親の両親を考へる必要がある。メンデルの遺伝法則によると「子の形質は両親のどちらかのそれと同じで、孫の代になつて両親の形質が一定数の割



屋島・獅子の靈巖

合であられる」ということがある。従って両親だけでなく、祖父母（両親夫々の）の体質を検討しなければ充分でないといえる。俗に「隔世遺伝」ということはこのことではないかと思う。

原因の最後の方である不摂生とか心身の酷使に基く疲労の蓄積は、自分の心掛け次第でどうにもなるものである。この心掛けが健康であり健康方法である。一概に健康方法というが、ものによっては成長期の終った下り坂の頃から始めるべきものもあるが、定年退職後の我々としては手遅れである。然し逆に老年になって老化防止策として、是非やった方がよいと思われるものもある。いづれにしても仮令手遅れのように思えるものにして何かのコマ―シャルではないが「やらないよりはやった方がましだろう」と言うこともあるので、これらのことについて自分の体験をもこきまぜて具体的なことを書いて見ることにする。

健康方法

と一口に言うが別にこれという極めてはないし、また特効薬的なものもない。人間の体は顔かたちが異なるように、身体も千差万別である。

従って自分の体に適した方法と、老年期になれば日一日と退化する機能を少しでも喰止めることが肝心である。私は時偶会う人に何か特別の健康方法をとっておるのではないかとよく聞かれるが、いつの場合でもいや別にと答えておる。強いて言うなれば行往座臥―日常の生活行動の中に為になりそうなることを織込んでおるに過ぎないのである。

適当な運動 歳をとれば誰でも何事につけて憶劫になって体を動かすのが不精になり勝ちになる。これを防ぐために運動をする必要がある。

朝の散歩 歩くことは簡単で実によい運動である。唯ブラブラと歩くよりは速歩的に歩いた方がよい。私は現在の所に住みついでからは雨の日を除いては毎朝裏山を三十分ばかり歩くことにしておる。服装も整えず暖かい季節は寝衣のまま、寒いときは寝衣の上に丹前か半てんを引かけて行く。これを帰ってから冷水摩擦をする関係からと、一つには皮膚を開放してハリを失わないようにするためである。猶散歩も単に歩くだけでは芸がないと考えて、肺の強化訓練をする。肺を強くするには二つの方法がある。即ち肺活量を大きくすることと、もう一つは肺のガス交換（炭酸ガスを吐いて新しい空気と交換する）を活潑にすることである。前者は深呼吸で大きく息を吸い込んで吐く、然しこれは逆のように思える。真実は腹の皮が背骨にへばりつくかと思ふ位まで息を吐く、そうすれば吐くの止めた瞬間に肺胞の角々まで新しい空気が侵入する。肺胞の組織は強靱な袋みたいなもので、しばみきれば直に元に戻るようになっておる。

からである。然し乍ら歩いていては一寸困難なので、後者のガス交換を敏速にすることを。歩き乍ら口先を狐形にして一秒間に二―三回の速さで息を吹き出す。これを百回位つづけて山を下りるまでに三回行う。こうすれば肺胞の弾力性の衰えを防ぎつつ活潑に動作することになる。

冷水摩擦など 散歩から帰って洗面する際、洗面器に水を溜めて顔を全部つけて水中で眼をパチパチする。約一分間であるがその間息を止めておく少々苦しい方法であるが、歳をとれば少々もすれば眼球面が混濁するのを防ぐとともに白内障になる予防手段でもある。白内障も老人病の一つであるが、早目に処置すれば心配することはない。これがすむと冷水摩擦をする。私は子供のときから丈夫でなく、徴兵検査でも第二乙種と余り名譽でない判定をうけた。甲種を一〇〇点とすれば六十点というところ。それにその頃は電信現業に従事しており、当時の電信現業は現在とは比較にならない程のもので電報も多く、勤務時間は長く休憩などはなく、二十分の食事時間がやつとこさで、殊に新米が余りゆっくり食事をしておれば古参の者にとやかく言われる。加えて宿直室などの環境もよくなくて勢い病人が多く、特に呼吸器障害者が多く出るという状態であった。それで自分も早晚やられるのではないかと考え、亦徴兵検査の成績とも思いあわせて、冷水摩擦を敢行することにした。始めたからには少々の風邪気味でも、或いは極寒のときでも休まないことにして、今日に至っておる。始めてから彼之半世紀になり、今では朝方これをしないと、冬などは一

日中体が暖まらないような気がする。自分によいからとて人に勧めるようなことはしない。それに歳をとってからは必ずしもよいとは言えない、俗に老人の冷水ということがあるから、強いて始めたいと思う方は乾布摩擦がよい。乾いたタオルで摩擦する、これは無精な人なら寝床の中でも行える便利さがある。冷水にしろ乾布でも、皮膚を摩擦することは皮膚に刺戟を興え血行をよくして皮膚にツヤとハリをもたせることになる。

軽い体操 老化とは体の各機能が衰えたり或いは関節や筋肉が硬化してその活動を鈍くすることである。然し適当に動かしておればそのテンポを緩めることは可能である。それで軽い体操をつづける必要がある。最近では美容体操が盛んになっておる。女の人は美容という字がつけば老若を問わず何にでもとびついてくる有様なので、軽い体操などと言わずに美容体操と言った方が大衆受けをするかも知れない。私は冷水摩擦が終れば此の頃は寝衣、夏は裸になって十分間位自分で組合した体操をする。その大部分は体の屈伸運動に重点をおいておるが、最近では交通事故でムチ打ち症になることも考えて首の運動を多くして前後、左右に曲げたり廻したり捻ったりと二〇〇回位つづける。そしてその間に平衡感覚一歳をとれば体のバランスがくずれることには付かないことがよくあり、何かに一寸つまずけば直ぐ転倒する。これは平衡感覚の失調ではないかと思う。それでこの様なものを屈伸運動の間に組込んで実行しておる。要するに

形にとらわれず自由に体を曲げたり伸したり廻したり捻ったりして血行をよくして筋肉が活動しておる状態にさえしておけばそれよいのである。これで朝の行事を終り食事ということになる。時間にして一時間位である。(以下 快眠快便、酒と煙草、薬、老人ぼけ対策、は次号へ)

沖 縄 の 旅

松山 藤田 基孝

遺族会の一員として去る二月下旬、私は沖縄戦跡めぐり船の旅に出た。

相憎と海上大いに荒れて、全行程六日間の中、一日として好天なく苦しき旅に終ったがそれだけに又、戦没諸兵の辛き思いを一入深く、私の胸に感じとる事が出来たと思う。

松山港を出た翌日の午後、奄美大島に途中上陸、婦人達に不思議な魅力と愛着を覚えさせるという大島紬の工場を見学、若き大島美人の機織る姿はもとより、独特の技法であるテーチ木(車輪梅)の煮汁と泥による染色の実態などを見た上、この島に多く棲息する毒蛇「ハブ」の実態を見せてもらった。

ハブとマングースの凄まじい決斗ではハブの眼に噛みついて血を吸うマングースの勝利に終り、雌雄二匹のハブが身体を互に縄の如く縋り合せて激しく愛撫しながら長時間かけて行なうSEXシーン等もつづさに紹介され

た。ちなみにハブの雄は贅沢にも四本の性器を持ち、これを受け入れる雌の性器も二穴ありて極めて旺盛なりき。

印象的建物は、古代建築様式をその俚伝える高倉(足を三メートル程の高さとし穀物の貯蔵倉)で、それも現在では若き男女の恰好のデートの場所となつて居ると、土地の娘は笑いながら話してくれた。

三日目の早朝チャーター船「ふじ」は目的地の那覇港に接岸、すぐに本島最南端の激戦地である摩文仁ヶ丘に向う、豊見城村あたりには砂糖黍畑が続き、その穂が芒の様に白くなびいて居た。

道のほとりに、旧松山二十二聯隊の軍旗を焼きし跡ありて下車、碑の前に当時の威厳ある軍旗を深く偲びつつ暫し佇む、眼を上げると大きな籠に野菜を詰めて頭上に乗せた老農婦に出合った。

やがて到着した南岸一帯は鍾乳洞などの自然の洞窟が多く、日本軍と住民達が追いつめられた洞窟の中で、火焰放射に焼かれたり、砲爆を浴び、手榴弾で自決したりして、二十余万の尊き血が浸みこんだ土地である。公園と言ふには余りにも悲痛な岩礁地帯である。

県立第二高女の乙女達の散りし真壁村や敵将バックナー中将戦死の真栄里を過ぎ、米須の里には特志看護婦であった第一高女と女子師範の生徒職員を祀る「ひめゆりの塔」がある。塔の前の経四メートル位の深き堅穴の鍾乳洞に追いつめられし乙女達は、この穴に先ず逃れたが友軍との連絡を断たれ、遂に此処で敵の火機に焼かれ、残酷にもあたら多く処女の生命を断たれたのであった。奇蹟的

に唯一人だけ助かった乙女ありしとも聞く。私は涙を垂れつつ一束の花を捧げ冥福を祈った。現在このあたりは、木麻黄、ガジュマル等鬱蒼と繁り、ブーゲンビレア、合歡木、ハイビスカスが咲き、パイヤの実も供物の如く多く成り、洞窟内には石芋の葉が瑞々しく育ちて私の涙を誘うのであった。(つづく)

表紙のことば

寿 無 涯 じゆかぎりなし

いつまでも長生するの意で、無量寿(つぎせぬ寿命)などとともに、よく好んで書かれている字句である。

長谷川 茂 (幽斎)

恩給・年金 今後の問題点

(退職公務員新聞から)

今度の恩給法の改正で、公務員の給与にスライドするルールができたわけであるが、これを法制化すること、格差是正の問題が残

されている。したがって今後の運動はこれらの解決に向って推進することになるが、その前にスライド制に対して、財政当局が物価スライドに引きもどそうという動きがあること、また法制化について国会議員の間に急がなくてもよいという空気のあることなどもうかがわれるので、恩給年金の改善運動はなお強力に展開していく必要がある。

恩給年金の改善陳情の重点事項としては

1. 恩給、共済年金の増額改定については、公務員給与の上昇にスライドして調整するよう法制化すること。

2. 現職公務員と、恩給仮定俸給との格差につき検討し、その是正につき善処を要求する。

これに次ぐ事項として

1. 恩給、共済年金調整の実施時期を四月一日とすること。

2. 高齢者に対する厚遇の措置を特に考慮すること。

3. 恩給、共済年金の最低額を年三六万円に引き上げること。

4. 遺族に対する給付は、これを半額とせず、少くとも三分の二以上、特に低額受給者には故人と同額を給付すること。

そのほか老齢福祉年金との関係では、恩給共済年金受給者に対する老齢福祉年金の併給制限を撤廃すること等も要望していきたい。

「健康長寿(貸々貫之著)の特別頒布

本書の内容は「成人病への対策」というサ

ブタイトルが付けられているように、特に中年老年にとって、健康とは何か、老化と成人病の関係、各種成人病の対策と実施、日常生活の指導にいたるまで、こと細かに素人にもわかりやすく読みやすく書かれています。

佐々先生は東大医学部第二内科(佐々内科)教授を経て、関東通信病院長を二十年近く勤め、退職後もなお診療生活をしておられる現役日本最高のお医者さまです。

このような権威者によって、はじめて書かれた本書は会員の皆さまの健康長寿、ご家族の健康指針としてこのうえない参考書になると思います。

以上日比谷同友会(本社の会)から本書のすいせんがありました。佐々先生は現在日比谷の会員です。本書は実業之日本社から発刑され、定価千円で発売されていますが、電友会会員には特価で頒布することになりました。ご希望のかたは、電友会四国連合会事務局へお申込ください。代金は一部九百円、申込締切日は五月三十日です。

公社の職員録(四国管内)は只今印刷中です。各県の会事務所には一冊ずつ備えることにしますが、御入会の会員は電気通信共済会へ購入の申込みをしてください。

(通信局から)

会 員 消 息

一、 沖永唯男 七七才 二九年

二、 長らく高血圧症に悩んでいます。最近
小康を得ています。

三、 昭和三二年長唄をやり初めましたが、
四四年の九月右肩骨折をしたので、以来中
止してはいますが、又そろそろ初めようかと
思っています。一週間に一度の「けいこ」
なのでなかなか上達せず、人様の前で大き
な声で唄うわけにはまいりません。

四、 いつまでも続くことを望みます。

一、 有馬文雄 六三才 四四年

二、 家族全員無事息災。

女房は未だ勤めています。私がよく遊び、
よく遊びで手がかからないのと、働いてい
る方が生活に張りがあり老けこまないから
だといっております。

もっとも子供達二名が大学在学中では働
かざるを得ないでしょう。

三、 趣味は読書、釣、庭いじり。

その他囲碁、将棋、麻雀、パチンコ、以
上何れも腕は二、三級。読書は市立図書館
で借出し、週三冊が退職以来ズツと続いて
います。これからも続くでしょう。質は別
として、量では図書館利用ベスト、テンに
入りそうです。釣は磯釣り専門ですが、凡
そ魚拓等とは無縁の何でもござれ。一人車
をこらばせて何処へでも出掛けます。よい
磯があれば御一報願いたいものです。

庭いじりも雑木だろうが雑草だろうが、
狭い庭に移してタンセイするのが楽しいの
です。

以上、私の日常生活は安上りで、思いの
ままに何時でも楽しめる。これらの歯車が
勝手気ままに噛み合いながら、しかも精巧
な機械のようにうまくうまく廻転してい
る。といったところです。

四、 当地には、かつて丸亀郵便局に勤めた者
だけの会があり、秋の一泊旅行を続けてい
ます。私も会員として参加していますが、
他の団体旅行等とは違った昔仲間だけの楽
しい雰囲気があり最も楽しみにしている旅
行のひとつです。

電友会でもこうした旅行を計画して下さ
ると有難いものだと思っております。

一、 荒井又市 七一才 三四年

現在日本電通工業KK高松支店長

(四八年四月退職予定)

二、 家族 妻 六五才 健康

長男 愛媛通信部第一工事課長

妻 無職

孫 男 愛媛大学 三月卒業

女 明善短大 三月卒業

現在は健康で三年間程は医者に診察を受
けたことはありません。

三、 退職後は錦松の盆栽作りをする考えです。
年金は四七年は五二万円です。

健康法は、「一日生涯」人間は一日一
日の積み重ねです。今日一日を喜びと感謝
で過す様考えて通ります。

「欲にきりない泥水や、心澄みきれ極楽

や」との教えもあり一日一日を喜んで暮し
ています。家族全員健康で入院は殆どした
ことがありません。

一、 岡内唯志 六八才 三八年

三幸織維株式会社

妻と二人暮らし 良好

三、 手足を動かすこと

雑感!! 松山のバス風呂には心温たまるも
のを感じます。

さて自分も停退して早やまる十年!! 六八
才、男の平均年令でやっと一人前? とはい
え、人間は誰しも「死」への協力はさけた
がるもの、自分も亦同じ。今にして思えば
通信省以来の半世紀余は年を重ねるのみ、
これ皆夢のうち!! しかし人間はこれでこ
そ尊く、マラソンにしても息の長い奴には
かなはぬもの、お互いに息を長くして長生
しましょう!! それには先づ手足を動かす
こと。損だ得だとぐちらぬことが肝要!!
「人は皆心ゆくまでそれぞれに立てて使え
よ花のお山で」と十五年前江口のお花権現
に盗珍供養として偶作を献納した甲輩あっ
てか、足だけは(中足でない)至極達者で
す。老は足からと申します。どなた様も足
にご用心を!!

四、 この度の年金増額陳情団のご苦勞感謝に
堪えません。誌上をかりて厚くお礼申し上
げます。

最後に高松電信出身の方々へお願い!!
目下原電報局長様のお勤めもあり第二回
「高電出身者のつどい」を計画中です。ご
案内には心よくお応え下さるようお願い申

し上げます。
各位のご健斗を祈りつつ

一、高橋元一 六七才

昭和三十九年五月停年退職、直ちに四国通信建設に入社、高松支店に勤務している。入社当時は当支店に公社の退職組が八人もいて仲々盛況でしたが、その後、段々減り現在では私一人が取り残されてしまった。幸に健康にもめぐまれており、老妻と次女（高校生）と三人暮しである。長女は独立し二人の孫がいる。

休日は野菜作りや庭木、草花等の世話をしているが、退屈どころか草抜きに追われて好きなゴルフ、魚釣り等も、さっぱり御無沙汰しておる。

野菜は自給の心算でいるが、出来がよくないので女房から余り歓迎されない。然し西瓜だけは不思議とうまいのが毎年沢山とれて知人にくばるくらいだ。

高松に兄弟が七人おり毎年兄弟だけで揃って四泊くらい旅行をしているが、今年は特に内助の功の大きい奥様方も同伴して六月にハワイへ行く予定である。

一、三島富二 六七才 三十九年（大阪中電）

健康 妻も健康で長唄舞踊。

三、町内会幹事、毎月町内会のハイキングを實行している。俳句を通じて青少年の育成。

四、年間四ヶ月くらい徳島電報局へ応援に行っているがあと二ヶ月くらい行き度いとも思っている。

一、西岡勝市 六八才 三五年

三、高血圧 定期的に健康受診、予防に専念。子供は三人あり勤務先の関係で皆別居。

家には老妻と二人暮し。

三、宅地内に八〇坪程度の空地あり花作りや野菜作りで適當の運動ができる。柿の木四本あり秋には孫達に贈ってやるのが楽しみ、ひまにまかせて神社仏閣の参拝。

四、公社の処遇に感謝し、空気よし水よし公害に患わせられず楽しく暮している。医療共済一般開業医も利用できるよう希望。

長尾義夫

わたしは、四十年の五月に徳島電話局運用部を退職して、池田通信部長や横井局長のご推せんをいただき、通信局の山本建設部長にあり、高知の島崎さんと二人、伊藤さんに乞われるままに局に在籍で松山市に本社があった四国通信工業KK（伊藤順二郎さんが社長であった。）徳島出張所長をお引受けした。当時は荒井高松支店長の傘下にあった。公社指名の請負工事業界へ入るのは主として施設技術部門の人が多いため、業務共通部門の経験で入ったので、多分に割引して考えられたのは何かにつけて意思に反した。

しかし池田さんや横井さんにおまかせした恩誼を感じて伊藤社長の方針を忠実に実行した。

この二年間はほんとうに一生のうち大きな憶い出となって時々感がいにふけることがある。

公社を退職した当時は会社といっても公社の延長みたいな気持ちで業界の仕事は物足りないものだとおもっていたが、段々と悪るずれがしてきて、もうどうでもなれとおもったことは再三ではなかった。

定められたことがなかなか実行できなくて、たびたび苦情の連続であったことを覚えていいる。

伊藤さんの経営方針は社内では温情あふれるばかりでよく若い人達を励げますのがうまかった、伊藤さんをお殿様のように云う人たちがあったが、わたしはこの人だけの大きさがわかるような気がした。

土橋さんが親身になっていろいろアドバイスしてくださったことがほうふつするようである。

本年六十六才 健康は中くらい。

一、井上清 六六才 四十年

三、まあ普通、しいて云えば本態性高血圧症。妻と二人暮し、子供夫婦に孫も同じ屋敷に住んでいるので淋しくない。

三、毎朝ラジオ体操をするのが日課となっているが寒いと億却である。退職と同時に普通自動車一種免許を取りいまだに方々を乗り廻している。昨年は妻と二人で四国八十八ヶ所詣りをして来た。今年も近く出発する予定です。

四、農地を六〇アール耕作しているが、昨年

から三〇アール休耕した。退職者にも公社の宿泊施設の利用や通信病院利用した時の医療費も共済加入で幾分助かるようになって喜ばしい。

土佐だより (江戸の仇記)

山本秀吉さん

菊作りの名人は所々方々に居るがこの人は他称名人。目下今年の秋も楽しまんものとその準備中とか。毎年百鉢近く咲かすそうで、聞いただけでも見事。先ほどは腰痛で困っていたが、春とともに元氣。秋はキクより見せてもらいたいもの。

竹村辰猪さん

お兄さんと煙草屋の店番を四時間交替で坐っている。勤務外は畠で花や野菜作り。月二回の公休日？は、山本秀吉さんへ暮を打ち出かける。どちらが強いか第三者には分らぬが、口ではオカメ八目どころかどちらにも一目置かずばなるまい。

保木行重さん

昨年チヨット旅行とアメリカを一廻り。団体で引っぱりまわされたのではなく単独行動だからその辺の連中を羨ませることしきり。さて何を見、何をし、何を買ったかその所は一切不明だが、ただ土佐の酒には不自由したことだろう。

藤原繁之さん

この人も昨年十二月初め香港へ旅行。香港と云えば戦前から世界三大夜景の一つだが、その夜景の中をのぞくと素晴らしいところだそうだから、さぞ人生は楽しいものだと思つたことだろう。

山口初樹さん

昨年大阪通信病院で眼疾の白内障を手術し、十二月に帰高。その後順調に回復。眼鏡の不自由さをかかっているがそのうちに馴れて一層元氣になられることと思う。一日も早いご全快を祈っている。

一、清水重太郎 七一才

三五年退職 (宇和電報電話局)

私は糖尿病になつて四年余り、バランスのとれた食事療法と薬の服用をつづけ、現在では血糖は普通の人の状態まで回復しました。次のような検査を受けて私の健康管理をしております。

(一) 月一回空腹時に血糖の検査

(二) 三月に一回細密検査

医師の指示を守つて、自分の体は自分で守ることに努力をしております。

家庭は現在妻と二人です。子供は一男一女。長男は日本電信電話公社本社調査役で昭和四六年六月ペルー国の技術顧問として二年間日本政府から派遣されておりました。今年の六月には二年の任務を終えて帰国することになっております。女の子四人は全部嫁いでおります。孫は全部で十五人おります。

三、私は一ヘクタール余りの柑橘園の栽培、管理を人を雇つてこの人と共にやっております。その他地域社会の奉仕の役職を数多くもつてこの奉仕に忙しい毎日です。趣味は謡曲、俳句です。これ等の仕事や趣味によつて私は支えられ、一日を大切に感謝の氣持で余生を送つております。

妻は嵯峨流師範として華道一筋に弟子の教育と自分の研究に精進をつづけております。

四、(一) 年金が公務員給料の改正に伴いスライドして改正していただきたいこと。

(二) 退職の年次によつて基本給の格差が非常にありますのでこの格差を是正していただきたいこと。

(三) 所得の制限がありまして老人年金の受給が出来ないので所得の制限を撤廃していただきたいこと。

織田鶴一

ついこの間退職したと思つているのに、早や三年の月日が流れました。

卿里今治に帰り、家から歩いて三分程の四国通建本社に勤務。仕事に興味に忙しく暮らしておりましたが、昨年は体調をそこね、二、三回入院して、四か月ほど養生しました。公社にいたときは病氣のことなど夢にも思つたことがなかったのに、気のゆるみでしょうか、それとも年の精でしょうか。でも現在はおもと通りに回復、仕事にも出ています。

家の方は家内と二人ですが、嫁に出した娘達が次々と出産などで帰つて来、孫も七人になりました。

昨年は還歴の個展を門下連が開いてくれることになり、四、五十点書いたところで仆れ、そのまま中断のかたちですが、氣力が出たら始めたいと思つています。

釣りも池に海にかなり繁く通い、釣誌などにも発表させられましたが、目下のところ池の方へぼつぼつというところでは

- 一、久保実太郎 六五才 四一年
 四国通信産業㈱に勤務
 二、至極健康、末子と三人暮
 三、趣味は謡曲、小唄、盆栽。

四国通信産業株式会社は四三年四月に四国通信資材組合として発足し、四七年二月に四国通信産業㈱として改名組織替をしたもので、営業内容は電信電話請負工事（主として線路、土木工事）の業者提供物品を販売する会社で、取扱品目は八〇〇点にもおよんでいます。

趣味の謡曲は月一回神戸から下川先生が来られるので練習して、春秋二回の謡曲会を開催するのが楽しみです。

小唄は田村派で一三年程になります。五年前に名を取り現在松山松静会々長として、会の発展に努めています。

盆栽は全くの素人で鉢に木を植えている程度で何とかして枯らさないのが頂上です。それでお互に歳をとると盆栽いじりが一つの楽しみとなる人も多いと思いますので、電友会の地区別（東、中、南予）位の地域で講師を招いて講習会などを実施しては如何でしょうか、菊やさつきの作り方から松（黒松、五葉松）の剪定、手入れ、管理の仕方など意外このようなことを待っている方々が多いのではないかと思います。ご面倒をおかけしますが、ご一考をお願いいたします。

四、電友会の幹部の方々にはいつもお世話になっておりまして感謝しております。年金は我々退職者にとっては唯一の生活費であることは言を待たないのであります。どう

か今後これの増額のため一層のご努力をお願いいたします。
 会員の皆様のご健康と長寿をお祈りいたします。

- 一、堀井時四郎 六六 四〇年
 二、肺気腫その他の病気のため体を動かす息切れがするので、主として屋内で生活をしていくが、寝るほどでもない。家族は、

四男一女あるが、末子を除いては別居している。末子も今秋結婚の上別居の予定であるから近く妻と二人暮になる。

三、前記の通り病身なので、外出を控え、もっぱら好きな本を読んだり、テレビを見たりしているが、環曆の年に自動車運転免許を取り、以来外出は車を自分で運転している。

碁、将棋は下手ながら好きであるが、近所に好敵手が居ないので、相手なしではどうにもならないので、春秋等気候の良い時は、老妻を連れて目的なしに、高知方面や高松方面へ日帰りのドライブをしている。

昨秋は妻と共に四国一周（五泊六日）をした。安全運転をモットーとしているので日数はかかったが楽しかった。暖かくなったら県内の桜の名勝巡りと秋の小豆島に行つて見たいと思っている。趣味としては、何にでも手を出してみますが、どれも、これも中途半端で挫折してしまふ。停年後始めたものに俳句、油絵、8ミリ写真等があるが、総て三日坊主に終った。

在職中は仕事に夢中になったが、退職後はたいくつで困ったが、三年位前から地

域社会に奉仕するつもりで、町内会の評議員、組長を引受けて、町内会の運営に努力している。

四、諸先輩の方々のご努力によって毎年恩給や年金が増額されていることに対し深く感謝申上げる。インフレの様相が現われている今日、恩給や年金受給者の生活安定に一層のご努力を賜わらんことを願います。

一、鈴木健太郎 六五才 四一年退職、無職
 二、健康状態は格別どういふこともなく健在です。家族は私達夫婦と伴夫婦に孫一人の計五人です。広くもない家でもあるし別居したらと思いますが、伴夫婦は同居を望むのでせまいながら風波もたたずやっております。

三、日常生活は無職のこととて暇が多いものですから、毎日の買物をかねて老妻と孫の三人で、西条や三島方面あたりまでドライブをたのしんでおります。
 当地に閑居してから、ずっと自治会の役員を仰せつかって、微力ながらお世話をさせてもらっております。講習所の同級会を毎年開催しておりますが、今年卒業してから五十周年に当たりますので、卒業地の岡山で開くことにしております。

四、退職後の希望は、年金の増額も結構ですが、何よりも物価の安定を望みます。また新設された医療共済もありがたいですが、総合病院のない当地方では病院の利用に不便です。私個人としては厚生施設の利用をおねがいしたいと思います。

梅木好市 一八九九年生

私は大正四年電気通信界に身を投じ、十二年勤続して昭和十二年退職した。それから越智組（現在の四国通信建設KK）へ十二年間勤め、昭和四十四年浪人となった。サラリーマン生活合計五十四年。七十才で幕をおろした。五十四年のサラ生活から離れてみると、カッパが岡の上に乗ったようなものでポカンとした。

さて今後の老後をどのように暮そうかと考えた。結論としてつぎのような生活をしようとした。すなわち過去を忘れ、ありし日のよい思い出や死者の追憶を捨てよう。そして今後は、すきなものを読んで、常に生きる意欲と、生きているよろこびを持ち続けるための情熱をもちやそう。人間の欲から遠ざかる努力をつづけ、雲行流れ型のくらしをしよう。以上の具体策として最近は毎日つぎのような暮らしをしている。

起床六時半、七時のニュースを聞いて道後温泉へ。朝食九時、ひる飯ぬき、夕食午後四時〃働かざる者は食うべからず〃でヒルメシを抜いているのではない、腹かげんのためである。人や車の多い繁華街へは四年程出たことがない。散歩は空気のうまい御幸寺山の裏山にきめていける。昼間は朝日新聞と好きな本を読む。新聞はニュース抄録、天声人語、社説、声、政治、経済、産業、外交、文化、思想、保健、福祉、老人電電、地元記事等に分類し、必要と思う記事は切り抜き、古ノートに貼って再読を楽しむ。また連続の各種記事は、ひとまとめに編綴し、これも再読の材料としている。

恍惚の人とならないための脳の運動と長谷川茂さんのいう私なりの独楽である。

家族は、子孫合せて十九人、今はやりの核家族化とやらで、大阪、高松、高知、近脚等に分散している。宿賃がロハズから各地からたびたび来る。孫も大学卒、大学、高校、中学、小学、幼稚園とにぎやかなことだ。私の今の念願は、公害国のせまい日本から離れて、五十年前に勤務していたことのあるあの広漠たる満洲へ行って見たいということである。旅順、大連、奉天、長春、安東等が、その後どのように変わっているか、一望千里のコウリヤン畑、広い満洲のアノ雄大な日の出や日の入りの景、また親交のあったリウさんやワンさんのご家族に逢って昔話しをしてみたい。

一、野田亦治 六七才

私が公社を退職したのは昭和三十九年の五月ですから早くも九年にいらんとしている。

二、老化したとは云えども老人なみの健康は保っている。私達老夫婦と妻の妹に息子（新居浜電報電話局勤務）夫婦と生後一年六ヶ月になる孫男子の六名同居。

三、野さい草花の世話等で退屈はしない。老妻と共に旅行が好きで暇と経財が許せば全国の名所旧跡を廻っている。三宝会（老人会、お寺などの世話をしている）。

四、小ブロック毎の会合をもつてもよいのではないでしようか。

五、昨年文化の日に、私ごときに敷六等端宝章を賜りまして恐縮いたしました。又電友

会々報五号に身に余るご祝辞を戴き有難うございました。心よりお礼申し上げますと共に皆さま方のご健勝とご多幸をお祈りいたします。

大森勇

私は宇和報話局を昭和四〇年三月末日に退職。

翌年松山市の友人で、現在の皇居奉仕団長のすすめにより、副団長に推選され連続七年間の奉仕を務めております。毎年参入後は天皇、皇后両階下におめにかかり、東宮御所においても皇太子を始め御一家にお目にかかり、その上有難いお言葉を賜わり私としては最高の光栄によくしている次第です。奉仕につきましては愛媛県下で六〇名引率し、皇居を二日間、東宮御所を二日間清掃致します。毎年十日間の予定ですから、残る六日間は東京、東北、北陸等、毎年方面をかえて名所旧跡訪ね、一同から大変喜ばれております。経費は松山を基準として本年は諸物価昂騰の為四万七千円程度です。もし御希望がありましたら、来年度分はまだ四、五名の余裕がありますのでお申込み下さい。

私は若い頃から取立てて云う程の趣味も特技もありませんでしたが、不途したことから秋田犬をかうことになり、お蔭で大変元気で、毎朝愛犬と冬分は六時半頃から夏は五時すぎから山坂を越えて約一時間三十分程度の運動をして帰るのが日課になり、ここ十年程になります。家族同様にしております。現在の犬は四頭目で赤牝（名は

和姫)を飼育しておりますが、只今発情して目下のところ好き配偶者ならぬ配偶犬を物色中で将来をたのしみに行っている入賞犬です。私は現在秋田犬保存会愛媛支部の副支部長に三度目の推選を受け、県下の犬についての(展覧会、観賞会等)お世話をさせていただき、時にはハンドラー等して若い同志と共に楽しんでおります。

退職後は適当な仕事もなく一時期宇和島報話局の施設課機械課にそれぞれ四ヶ月程務めさせていただきましたが、労働による体力の低下等も考え、最近では監視員の補充に時々お呼びいただき務めさせていただいております。僅かの日数にしる若い人々に交って働くこと云うことは、ほんとにすばらしい事だと考え喜んでおります。

退職者の方々(当地方の)に対しては月間二回程度の家庭訪問をなし種々とお話し合い等致しております。現在のところではお気の毒なことにお二人ほどの御病人があられ起居も不自由な状態でおられます。

- アンケート項目
- 一、氏名、年齢、退職年次、勤め先等
 - 二、健康状態、家族の状況等
 - 三、日常生活、趣味、その活動等
 - 四、退職者としての希望、意見等



俳句

春を待つ 玉川都夢

春疾風石もて押さふ苗障子
 国宝の塔はるかなり青き踏む
 桃の丘隔てて向かふ温泉の荘
 温泉の町の児童公園柳の芽
 芽柳や濠にうつれる蛇の目傘

春 横山蔵峰

初春や四海平和に治りて
 天地の恵あまねし春の草
 花の下更くるも知らで春の夜
 澱みたる五山の鐘や花曇
 雪解の畑を耕す農夫かな

四十一年前の私の愚作です。当時をお
 偲び下さい。

白鳥 有井一 硯

引く日無き白鳥萌ゆるもの食めり
 白鳥を残して濠の真鴨引く
 白鳥の濠に旗立て一の午

白鳥の城濠濁る菜種梅雨
 雛今は大白鳥に東風の濠

大野峰生

薄霜や涙脆きは老ひ癖か
 今年から年金暮し草萌ゆる
 農道に踏まれて苔横に張る
 漣を揺籠として浮寝鳥
 ランク付されて鶯無心かな

三島花人

野仏の掌に殖やしいる玉霰
 わが顔であるらし孫の年賀状
 鴟とめし一樹俄に驕り出す
 晩年の心の山河枯れつくす
 小春凧息をゆるめる枯れ日和

佐久間 せいこ

朱けふりし山柿に寄る鳥のゐて
 人もなき谷釣堀の寂まりて
 雪雲のひょうひょうとして峯をゆく
 皿盛りの密柑の香色そえて
 正客の羽織艶やで宴たけな

短 歌

藤 田 基 孝

性格のことなるままに吾と妻と堪へ
来て互かたみに老い呆けたり

病む妻もユーカリの花を愛かなしみて夕
べを長く窓に向へり

二夜寝て母亡き孫の帰りゆきぬ妻の
持たせし干柿もちて

幸うすき孫と思えば時にしていはけ
なき振舞もただに堪ふべき

久々に来る友待ちて卓の上に紫の洋
ラン一鉢を据う



編集部から

会員消息 募集

本号にもたくさんの方の情報が寄せられました。いづれもなつかしいお便りです。アンケートの形は次のようにしていますが、型にとらわれず自由に、それぞれの持ち味を出していただいで結構です。但しなるべく多くの消息を載せたいので、字数は五百字までをお願いします。

1. 氏名、年令、退職年次、勤め先等。
2. 健康状態、家族の状況等。
3. 日常生活、趣味、その活動等。
4. 退職者としての希望、意見等。

趣味の作品 募集

みなさんの趣味の活動の中に生れた傑作をお寄せください。

- 俳句、川柳（五句程度）
- 短歌（五首程度）
- 随筆、随想（千字程度）
- 書、画、写真

次号の随筆、随想、写真等は「涼」を特集とします。わが家の、わが川の、わが山河の涼線を記事に、写真にしてください。

次号発行の予定

第七号は七月発行、原稿締切りは六月十日とします。ご協力をお願いします。

編集後記

らんまんの花も過ぎて、季節は新緑へと移っていく。春といえば春闘、もう年中行事になっているが、今年も要求スローガンの中に「年金制度改善」というのがある。公労協はこの十七日に「年金スト」を組んでいる。年金がよくなることはわれらも望むところであるが、デモ行進ならともかく、まさかスト参加というわけにはいかない。国にも公社にも組合にも、傷がつかないで、年金改善に効果のある結末が得られるよう祈ること切。

総理府に老人対策本部が設置される。田中首相を本部長とする十人の強力スタッフで構成される由、老人福祉の充実を期待したい。電電公社退職者団体連合会の総会、理事会が五月二一日開催の予定。わが四国連合会の役員会と総会も開催の準備にかならない。

四国電友会会報 第六号

昭和四八年四月一五日発行

編集発行 電友会四国連合会
事務局

〒790 松山市二番町四の二の一〇
電気通信会館内

印刷 四国電話印刷株式会社
電話(〇八九九)三一八九八四