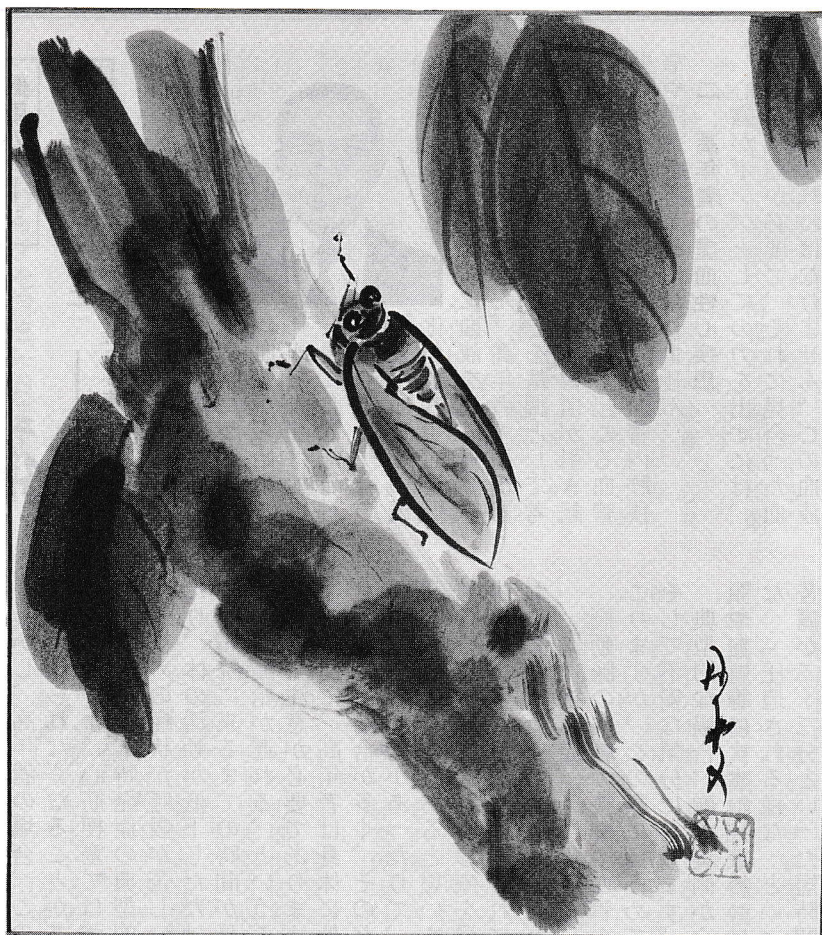




四国愛友会会報

第 83 号

5 年 7 月

目 次

健康のページ (NTT松山病院院長)	2
NTTだより	3
サンクスフェア七月三十一日まで	3
平成五年三月期の決算短信	3
やすらぎのひとときを保養所で	4
春の叙勲	4
お知らせ	5
敬 甲	6
私は今	6
テルウェルだより	9
サークルだより	11
笠原 千弘 大野 正治	12
余 栄	12
随 想	12
高原 博 北 哲朗	
猪谷 嘉夫 井上 政夫	
表紙の言葉	15
題 字	15

健康のページ



「心臓の話(その二)」 高齢者の循環器疾患の特性をふまえて

NTT松山病院院長 石戸谷 武



前回の話にも書きましたが、老化は血管から始まる。即ち人間は加齢と共に血管壁の石灰化や脂肪沈着の結果、血管壁の硬化が進み、血管抵抗が増します。心筋に血液を送る冠動脈も例外ではありません。高齢者の循環器疾患では、まずこのことを基調として考え、これにそれまでの生活習慣が引き起こす高脂血症や、糖尿病等て起こる血管壁のアテローム硬化等による血管内腔狭窄や閉塞を考えねばなりません。

二 高齢者の虚血性心疾患

心臓がポンプとしての力を出すには、充分な収縮が必要で、それに見合った血液が供給されねばなりません。この血液の供給が不足した状態(狭心症)、または、全く途絶した状態(心筋梗塞)を合わせて虚血状態と言います。虚血性心疾患と総称します。

虚血性心疾患は壮年期から成人病の一つとして症状が出るので注目され、心臓の痛みや、場合によってはショック状態になるなど、鮮明で、強烈な症状で知ら

れます。

しかし、高齢者の場合、この典型的な症状が見られなくなることがあるのが特長と言えます。心筋梗塞では強い胸痛を示すのが、壮年時発症の典型的症状ですが、初めの症状が呼吸が苦しいだけだったり、体の活動が低下しただけだったり、病院に来るまでの時間が長びくことで治療開始が遅れる、ということになります。この他に、高齢者は身体に他に病気を断ずる上に制約があったり、時間的に遅れをとることもあると思います。この様な特長を頭に入れて診療を受ける必要がありますし、医療側もこれに対応しております。

A 狭心症
冠動脈の内腔の狭窄や血管の牽縮(れんしゆく)で起りますが、この際には極めて不快な、そして不安な気分になります。

典型的な場合、胸の裏側から始まり、顎や左肩等にすすむ「絞めつけられる様な」「圧迫される様な」といった痛み、苦痛が二・三分といった短時間起り、また消失します。これが高齢者では、典型的でなく、例えばちょっと着物を替えるような動作で、呼吸がうまく出来ないとか、食事の後の胸の不快感とか、あるいは、上腹部が何となくおかしいといった具合である場合があります。

この様な発作が起こったときの心電図を記録し、ニトログリセリン舌下錠等で

治療しつつ心電図を記録して、その違いで診断しますが、病院ではその発作を捕らえることが難しい時には、家庭でホルター心電計といった二四時間連続記録の心電計を用いることもあります。

場合によっては、運動負荷心電図とい

いまして、運動中の心電図の変化を記録して診断する方法もあります。

その他、核医学的な検査、あるいは心カテーテル法による冠動脈造影により、どこの部分に狭窄があり、血液供給が不十分になっているかを診断します。

診断が確定すれば、治療はまず日常生活指導の他に、ニトログリセリン舌下錠等の薬物治療があり、場合によっては、PTCA術といった、狭窄した部分を拡張したり、また、場合によっては、外科手術的にバイパス手術で血流増加を計ること等、その状況を適切に判断した上で決定します。

B 心筋梗塞

この状態では、冠動脈がある部分で閉塞し、その先の心筋へ血液が送られず、心筋はその働きを失います。

従って、ポンプとしての機能がなくなり、ある時は不整脈、ある時は低血圧、ある時は肺うっ血等で呼吸が充分できない等、致死的な結果になることがあります。

症状としては、勿論、狭心症以上に前胸部の裏側の「絞めつけられる」「万力で圧迫・しめつけられ・押しつぶされる」様な、死の不安を伴う痛みが長く、三〇

分以上も続くのが壮年者にみられる典型例ですが、前述した様に高齢者では、初めはその程度が軽微にみえたり、感じたりすることがあり、病院への訪れが遅れることがあるので注意が必要です。

この場合、症状とは別に心電図には、梗塞の変化が出て来ますが、高齢者の場合、高血圧症等心疾患をもっていることが多く、心電図だけで診断を決定することが難しく、血液の酵素等の変化が診断の補助としては非必要になります。

勿論、心エコー、核医学的検査、心カテテル検査を含めて、冠動脈造影等により部位診断確定や予後判定に役立てます。

症状が出た時は、体の状態をモニターするために、CCU（集中治療室）に入っているに過ぎない監視を続け、不整脈に対する薬物治療やペースメーカー治療、冠動脈血栓溶解療法、場合によっては、心筋梗塞に合併して発生した状態に対する外科的療法も行われます。

いずれにしても、危険期を乗り越えなければならぬ、早期にリハビリに移ります。心筋梗塞と言えども高齢者の場合は、寝たきりになることを警戒し、不必要なベットの安静を避け、リハビリを注意深く行う必要があります。

NTTだより

サンクスフェア七月三十一日まで

今年も夏のキャンペーンの季節となり、



六月一日から「93夏のNTTサンクスフェア」が、全国一斉に始まっています。四国における売上目標額は四二億円。安くて便利なコードレスホンなど、魅力ある商品を取りそろえ、プレゼントも沢山の用意しておりますので、この機会に知人へのご紹介など、ご支援方よろしくお願ひします。

（四国支社営業部 企画担当）

平成五年三下期の決算短信

NTTの決算短信によると、平成四年度の業績の概況は、次の通りである。

一 これまで堅調に推移してきた電気通信市場においても、景気低迷の影響などから、一般加入電話の増加が鈍化し、ダイヤル通話回数も低調に推移するなど、全国的に伸び悩みがみられる。

また、シェアの獲得を目指した事業間の競争は、ますます激しさを増し、NTTを取り巻く経営環境は、一段と厳しくなっている。

二 このような中で、良質で安定した電気通信サービスの提供に努めるとともに、多彩なサービスを可能とする研究開発を進めてきた。

また、将来の電気通信基盤の構築を目指し、ネットワークのデジタル化も促進してきた。

さらに、海外における初の大規模電気通信事業として、タイ国地方電話増設事業へ参画するなど、NTTの技術を活かした活動も行った。

三

一方、昨年四月に月極めの料金割引サービスである「レジョーズ」の販売を開始し、六月には最遠距離のダイヤル通話料金を大幅に値下げして、他事業者との料金格差を縮小するなど、競争力の強化を図るとともに、より信頼していただけるサービスの提供を目指した「お客様満足度向上活動」やニーズにきめ細かく対応した「マーケティング活動」を推進するなどして、全社一丸となって営業施策を展開し、シェアの確保に全力をあげている。

また、通話利用の促進につながるネットワーク商品の積極的な販売により収益の確保に努めるとともに、一般経費の削減や建設工事の効率化はもちろんのこと、新規採用の抑制などの緊急対策を実施して、懸命に財務体質の強化に取り組んだ。

四

このような経営努力にもかかわらず、当期の営業収益は五兆八、九二二億円（前期比二・七％減）、経常利益は二、四八八億円（前期比二九・五％減）、当期利益は一、六二五億円（前期比一三・二％減）となった。

なお、より機動的に競争に対応し、地域に密着した営業活動を行うために、平成四年七月一日をもって、移動通信事業をエヌ・ティ・ティ移動通信網株式に譲渡した。

また、電力及び建築・ビル管理業務については、その効率化・合理化を行うとともに、技術・ノウハウを広く事

業展開するため、平成四年一月一日に、(株)エヌ・ティ・ティファシリティーズに業務を移管した。

やすらぎのひとときを

保養所で

奥道後保養所・屋島保養所で「やすらぎのひととき」を過ごしてみませんか。職員一同「満足していただけるサービス」をモットーに、皆さまのお越しをお待ちしています。

ご家族との旅行に、グループ旅行に、是非ご利用ください。

なお、年金額改定通知書をお送りする際に、「保養所のご案内」及び「NTT共済組合保養所メンバー証」を同封しておりますので、ご利用願います。

(四国支社労働部 厚生担当)

春の叙勲



平成五年春の叙勲では、多年にわたり電気通信事業に尽力されたご功績が認められ、徳島市の福永宮子様が、勲七等宝冠章を受章されました。

まことにおめでとうございます。

【保養所利用のご案内】

・ご予約の受付
ご利用日の3カ月前の1日(ビジターの方は、2カ月前)から、次の電話で、ご予約を受けています。

奥道後保養所 (0899) 77-0411
屋島保養所 (0878) 41-9530

・宿泊料金(お一人様1泊につき)

メンバー ビジター	大人		子供
	2人	3人以上	
	2,500円	3,500円	半額

・食事料金

	朝食	夕食(定食)	特別料理
奥道後保養所	600円	2,000円 3,000円 5,000円	鯛の活造り ヒラメの活造り 伊勢エビ料理等
屋島保養所	600円	2,000円 3,000円	鯛の浜焼き 鯛・ヒラメの姿造り 源平焼き等

・宿泊割引料金

次のいずれかの場合、お一人様1泊500円(子供250円)割引します。

(1) 1月16日から2月末日及び5月15日から6月30日の平日ご利用ただし、土曜日、日曜日及び祝日の前日のご利用を除きます。

(2) 15名以上(幼児を除く)の団体利用
ただし、シーズン割増適用期間のご利用を除きます。

・宿泊割増料金
次の1条件につき、お一人様1泊500円(子供250円)割増します。

(1) 特別室のご利用

(2) お一人で1室をご利用

(3) シーズン割増適用期間(ゴールデンウィーク、春季、夏季及び年末年始)のご利用



お知らせ

会員名簿の発行について

平成五年一〇月発行をめざして、現在、加除訂正を行っています。要訂正箇所等がございましたら、各県支部の事務局まで、早めにご一報くださいますようお願い致します。



病氣見舞等についてお願い

会員の方が二カ月以上入院された場合などには、病氣見舞をすることになっておりますが、連絡もないままに経過する場合もございますので、恐れ入りますが、友人、知人の方々からの各県支部事務局への通報につきまして、協力方よろしくお願い致します。

なお、不時の際の連絡につきましてもよろしく願います。

入会勧奨についてのお願い

退職された方には、電友会への入会について、説明させて頂いておりますが、退職時のあわただしさに紛れて、手続きが遅れたままになっている方もございます。

入会を希望される方がございましたら、各県支部の事務局までご連絡くださいますようお願い致します。

なお、平成五年五月末の会員数は、次の通りです。

愛媛	一、四八二名(一、四一六名)
香川	九四八名(一、九一八名)
徳島	五二九名(五二四名)
高知	六二〇名(五九三名)
合計	三、五七九名(三、四五一一名)

(注)カッコ内は前年同月末の会員数
電友会総会終わる

今年の電友会総会は、四月二三日の四国地方本部の大会を皮切りに、高知県支部(五月八日)、徳島県支部(五月一日)、香川県支部(五月一日)、愛媛県支部(五月二〇日)の順で開催されました。

各支部の総会には、香川県支部の三八〇名をトップに、約一、一〇〇名にのぼる多数の会員が出席、物故者に黙禱を捧げて開会。N.T.T.から支店長、技術センタ所長、ネットワークセンタ所長等をお迎えして、総会後の懇親会は盛り上がり、互いに再会を喜び合って終了しました。愛媛支部では懇親会に、今年はN.T.T.四国支社長、副支社長をお迎えしました。また、吟詠、日舞、民謡の発表会や余技作品展を同時に開催し好評でした。

四国地方本部の総会は、N.T.T.プラザ松山において、N.T.T.から千葉支社長を始め支社幹部の方々を、また、テルウェル四国支部から青木支部長をお迎えし、電友会本部からは、特に武田会長に今年はご出席頂いて、電友会発足四年目の節目を共に祝いながら、会組織の更なる発展を期した次第です。

なお、今年から代議員は五〇名(昨までは四〇名)に増員しております。

年金額の改定について

平成五年四月分(六月一五日支払い)から、共済組合が支給する年金額については、一・六%(昨年は三・三%)引き上げられることになりました。

各年金受給者に対しては、N.T.T.年金・医療保険センタ(長野市)から、年金額改定通知書が、本年も送付されることになっていきます。

今回の改定は、前年の全国消費者物価指数が変動した場合に、政令により年金額を引き上げることとする規定(消費者物価による自動改定)に基づいて実施され、新共済年金(昭和六一年四月一日以後に退職された方の年金)、旧共済年金(昭和六一年三月三十一日以前に退職された方の年金)とも一・六%増額改定されますが、改定年金額が新共済年金については、「みなし従前額」(昭和六一年三月三十一日に退職したものととして従前の方式で計算した年金額)よりも低い場合は、「みなし従前額」が引き続き支給されます。

また、旧共済年金についても、「従前額」(昭和六一年三月三十一日に支給されていた年金額)に満たない場合は、この「従前額」が引き続き支給されますので、結果的に年金額は増額改定されないこととなります。

敬 弔

次の方々が逝去されました。謹んで哀悼の意を表しご冥福をお祈りいたします。



氏 名	死亡年月日享年	所 属
奥原 茂様	5・5・3・6	高 松
渡部 諭様	5・5・3・6	高 松
栗田 信雄様	5・5・3・11	高 松
白石 保様	5・4・4・1	高 松
小野 定雄様	5・4・4・5	高 松
上田 朝郎様	5・4・4・6	高 松
磯岡 芳明様	5・4・4・14	高 松
渡辺 源道様	5・5・10・23	高 松
野口 季義様	5・5・11・11	高 松
三浦 一春様	5・5・11・11	高 松
佐々木 茂信様	5・5・11・11	高 松
加茂 延正様	5・5・11・11	高 松
沼田 和典様	5・5・11・11	高 松
後藤 仁夫様	5・5・11・11	高 松
笠井 只夫様	5・5・11・11	高 松

★原稿をお寄せ頂き、ありがとうございます。引き続き随想欄などへの投稿をお待ちしております。(事務局)

私は今

◇ 相原 豊

(徳島)



昨年の税理士試験で、必修三科目に合格出来たので、今年に残る選択二科目をクリアすべく、目下努力中です。

一方、仕事の方は、東京アカウンティングセンタの嘱託講師として、日商簿記一級の模擬試験問題の作成をする傍ら、実務研修を兼ねて、某ランジェリショップの経理事務を引き受けています。

そんな訳で、三足のワラジを程々に履き替えながら、マイペースでこなしています。お蔭様で病気をする暇もありませんが、月一回のゴルフが思うにまかせないのが残念です。

◇ 石井 彰 (松山)

退職後三年目に、自称ゴルフ狂からゲートボールに転じ、毎日、熱心に行っております。

愛媛県代表となり、全国大会へ六回出場。県外の大会に年一〇回ぐらい行っており、数回優勝もしております。

ゲートボールの面白さは、作戦的には将棋とサッカーに、技術的にはゴルフのバットとビリヤードに似ているところにあると思います。

他に、花の園芸、カラオケ、日本舞踊、俳句をやっており、忙しい毎日です。

◇ 出間 緑 (佐川)

人生の大半を電話と共に歩んだ四二年間に別れを告げ、早いもので四年が過ぎしまいました。

幸いにも健康に恵まれ、在職中に何か身につけたいと習っていた日舞が役に立ち、婦人会や地域の方々と楽しく練習に励んで、ボランティア活動の一つとして老人ホーム等を訪問していますが、趣味を通じて触れ合う人との出合いを大切にしています。

最近、わが家にも可愛いお嫁さんを迎え、息子夫婦と仲良く幸せ一杯の日々

を送っている今日この頃です。皆様おげんきでね。

◇ 大石 国弘 (南国)

退職して早くも七年が過ぎました。幸いにもこの間、これといった病氣もせず、元気で家業に精を出すことが出来ました。

今は、年金支給額の多くなるのを祈りながらも、元気な間にと、水田少々とビニールハウス四〇〇坪(内加温式三〇〇坪)で、ししとうなどを栽培しています。が、農家の嫁不足が問題になっている様に、人手不足にアルバイトの雇用もままならず、妻と共に頑張っています。

日が沈む頃ともなると、ストレス解消にとパチンコ店に足を向け、浪費に浪費を重ね、妻に叱られてもついつい止められず……。

とにかく、貧乏神と同居しながら、土に親しみ収穫を喜び、高値販売を夢見ては、今一時を大切に生きています。

最後に、皆様のご健康をお祈り申し上げます。

◇ 清水喜久子 (高松)

退職して五年になります。同年配の隣人と一緒に、一月、五月、九月と年に三回、八栗寺に参ることにしています。

先日天気予報は雨とかいっていましたが、気持ちよく晴れて、ケーブルで登ると、爽やかな風と五月というのに谷間を渡る鶯の声等、楽しい一日でした。

また、一寸した趣味で、月に六回位は決まった時刻に家を出ます。

最近、友達も沢山出来て、お声が掛かると出掛けて行ってお喋りに花を咲かせています。そんなささやかな幸せに満足している毎日です。

◇ 杉野 芳弘 (松山)

忙しい毎日を送っていますと言えば嘘になるかな。

五時過ぎに起床、四五分からの衛星第二テレビによる体操で一日が始まる。ジュースのお手製ジュースと、薩摩芋パンでの朝食後、ゲートボールの練習に部落の公園へ出掛ける。六時三〇分練習開始。一〇時まではゲートボール仲間とワイワイがちゃがちゃ。

一時から昼食、新聞に目を通す。

午後は、生涯学習と鷹子町内会の世話役としての時間である。九時就寝、健康第一、酒は控えめ。

◇ 高橋 紫明 (松山)

今年もゴールデンウィークが終ると、いよいよ私達のフルムーン旅行の季節到来です。

かねてから時刻表と首っ引きで練り上げた旅行プランの基本は、東京在住の孫達のご機嫌伺いをかねた遊覧旅行です。

既に箱根、鬼怒川、鳥羽、白浜、京都、花万博、金沢、芦原、長野、上諏訪、仙台、飯坂とグリーン車乗り放題で、観光バス、保養所をうまく組み合わせるのり

ッチ(?)な手作り旅を満喫しました。

一方、北海道、東北、沖縄、南九州へのお任せツアーは修学旅行しながら、人との出会いがありました。

松江、玉造、山口、萩、津和野、岩国、倉敷、岡山など史跡、美術館巡りは、気軽に思いついたら直ぐに出発です。

フリーの身になってからはや四年、体調を崩さないよう、特に足腰が弱くならないよう気を付けています。旅から帰って「わが家が一番」と思う間もなく、次のプラン作りに心が踊ります。

◇ 多知川 寛 (高松)

退職後、知人の紹介により、建設省道路情報室に勤め、もう五年になります。

そこで道路の通行規制などの情報を、道路情報板に掲出するなどしていますが、交替制勤務なので、昔の電報時代に戻った気分です。

夫婦二人に犬一匹の生活でしたが、去年七月に孫が生まれ、妻が産休明け後の土庄の娘夫婦宅へ、子守のため単身赴任(?)。今年四月、娘夫婦が転勤して高松へ転居して来たので、男やもめは解消しました。

今は、娘が毎朝出勤途中に孫を連れて来て、夜は連れて帰ります。非番のときは子守をしますが、男の子なので、伝い歩きをするこの頃は、危なくて目が離せません。それで忙しい毎日ですが、やがて子守の必要が無くなれば、もとの夫婦二人の生活に戻るのでしょうか。

◇ 玉木 昇 (松山)

第二の職場を退いて、早七年経ちました。

時間に縛られない解放感に浸りながら、午前中はママさん連中を相手に、テニスコートを走り回り、午後はテニスプレコッドした懐かしいメロディを、色々にダビングしたり、ワープロと遊んだりの遊々(?)の日々を送っています。

酒、煙草との悪縁は切れないながら、お蔭様で体調は極めて良好、この分なら二年後の結婚五〇周年までは、何とか大丈夫と、悦に入っているとこです。

◇ 中山 角一 (高松)

八年程前に健康を害し、第二の職場を退職。入退院を繰り返して、最後に、昨年一〇月、念願の白内障を手術。長い間、見るもの全てに霞がかかり、気持ちまで沈みがちでしたが、突然、全てが鮮やかに遠くまで見通せる。周囲の山々、町筋、道行く人々、全く感激そのものでした。その間、えてして暗くなりがちな気持ちを明るくするため、妻と同行二人の四国八カ所巡りや、短期の旅行、言うべくして難しい一日一万歩、マイコンいじり、それに俳画クラブのお世話などをしています。

最近漸くにして、オーバーホールを終え、すっかり健康を取り戻し、新しい喜びを求めて、NHK主催の「たのしい焼物」に弟子入りしました。次は何を造る

うか、模様は、などなど、ボケ防止に励んでおります。

希望（限られてはいますが）に満ちた人生を夢見て、皆様お元気でお幸せに。

◇ 八軒 一義 （松山）

退職と同時にゴルフを止めて、海の魚釣りに転向。ゴルフは何回行ってもスコアが伸びず、残念がることしきりで面白くない反面、海は好きな時刻に好みの場所へ、それに自由に帰れて何らかの収穫があるのが楽しい。

次に生き甲斐を痛感していることは、社交ダンス。二年程前にNTT愛媛社交ダンス愛好会（五藤哲雄会長）に入会して励んでおり、松山市総合福祉センターの社交ダンス講座（全日本ダンス協会認定教師、和田平八郎講師）を一年間受講し、現在はOB会を結成して社交ダンスに興じている。

社交ダンスの良いところは、ステップを覚えるのに頭を使うし、二時間も踊れば一万歩以上歩いたことになり、ボケ防止と健康管理に適している。

退職後、体重が4kg程太っていたのが、ダンスのお陰で減少し、現役時代を維持している。その上、あらゆる階層の人との社交もまた格別で、良き指導者に恵まれ、感謝、感謝の今日この頃である。

◇ 檜垣 英明 （今治）

NTTを退職して四年。一年間の充電後、電信電話の傘の外で気楽に再就職、

気楽過ぎてのボケ防止に各種国家資格に挑戦。危険物、高圧ガス、ビル管理技術者、電気主任技術者などを突破。

毎日、適度な労働と頭の体操で晩酌も快適、お陰で身心共に健康。現在は電気エネルギー管理士に挑戦中です。

◇ 松本 幸雄 （高松）

第二の職場（移動通信係）を辞して四年目に入りました。

二人の息子は独立し、妻と二人、趣味を楽しむ日々を送っています。

趣味は油絵と卓球で、油絵は週一回同好会の仲間と静物や風景に取り組んでいます。卓球は卓球教室や体育館等で、週三日汗を流しています。

お陰で心身ともに快調です。

それと、今年から地区自治会の納税と衛生のお世話をさせて頂いています。これもひとえに健康のお陰と、感謝している今日この頃です。

◇ 福山 岩雄 （松山）

退職してからあつという間に一〇年が過ぎていました。私にとってこの一〇年は、決して平穏な歳月ではありませんでした。

下手な軟式庭球（現在はソフトテニスという）の試合で神戸に行き、宿舎に滞在中呼吸困難→意識不明となり、三途の川の一步手前まで進みましたが、幸い旧通信病院勤務で退職した先輩と一緒にしたので、病状を察知し直ちに救急車を手

配して頂いたお陰で、一命を拾うことができました。

その後同じ病状（心臓大動脈弁閉鎖不全）を二度繰り返ししましたが、いずれも一步手前で済み、手術により健康を回復。現在は一年中、夜明けと同時にコートへ出向き、ラケットを振っています。

親無し、子無し、孫無しで楽しみも無い反面、苦労や心配ありません。常時住み付きの野良猫の世話をしたり、菊、花、野菜作りで忙しい毎日です。

健康維持のため、雨の日は伊予人らしく背中と腰に灸をすえ頑張っています。皆さんもお達者で。

◇ 溝渕 道信 （高松）

電電公社を退職して早くも一二年余、第二の職場を退いて二年余と、月日の経つのは早いものです。

娘婿の突然の死で、五年前から面倒をみている孫も高校一年と中学一年に進学、手間が殆どかからなくなったのと、生来の旅行好きから、暇をつくっては海外に国内へと、旅行を楽しんでおります。

また、日課の散歩と読経に加え、ボケ防止を兼ねたワープロの活用にも熱中している、今日この頃です。

◇ 宮崎 賀一 （松山）

第二の職場を退職して七年、情性で気儘に過ごしています。

幸い身体は大丈夫と自負していました。最近、石鎚登頂を試みて、この自信

も覚束無くなり、折りをみては山草、山菜取りに山を歩き、名所、史跡を訪ねるなどして、戸外運動で老化防止に努めております。

四国霊場は三度目ですが巡拝中です。レクの臭いもあるドライブ遍路ですが、何となく安らぎを覚えております。

一向に上達しないゴルフも同好会の友に助けられ、楽しんでおりますが、グラウンドシニアに入った今、ハンデいの維持も難しく、ただ健康の為にと頑張っております。

◇ 宮武キミコ (高松)

退職して早一〇年、何をして過ごしたんだろうと思います。

折々に手芸をしたり、歴史探訪の会に参加したり、そんな時、昔の仲間に出会って、懐かしさに嬉しくなったりしております。

時々、腰痛に悩まされたりもしておりますが、毎日の散歩で足腰を鍛え、身体に注意しながら、これからも元気でいたいと願っております。

皆様もお元氣でね。

◇ 元藤 好数 (高知)

「おじいちゃん、何をしゅうが」

「ゴミを拾っているんだよ」

「どうして拾うが」

「ゴミがあると汚いでしょう。だから拾っているの」

「うん、ほんとにね。誰がこんなに散

らかすろう。皆が使う公園やき、皆が気を付けたらええにねえ」

これは四、五歳ぐらいの坊やと私の会話である。マナーの悪い大人にも閉口する。夜陰に紛れこの公園を犬と散歩し、臭い付の土産を置いて行く。散らかっているものは、子供達が食べるお菓子の包み紙やビニールである。

この坊やが、「ぼくも手伝う」と言って参加すると、周囲に居た子供達も手伝い始めた。ボランティア精神旺盛でない私は、心の中でブツブツと文句をいって腹を立てながらゴミ拾いを時折するが、この幼児の言葉に励まされる思いがした。町内会の世話や公園愛護会長を引き受けて、病院通いもなく、時には昔馴染みと麻雀、碁を楽しんでいるのが近況です。六四歳という年のせいか、山の芝刈りは積極性がなくなりました。会員の皆さんも元気に過ごしてください。

◇ 山根 重夫 (協町)

就職した当時、下宿していた教会で、「人は自分の幸せを求めるより、人が喜んでくれることをしていれば、その喜びが倍になって返ってくる」と聞かされました。

それで、町のボランティア活動をしなから、至って元気に過ごしています。

旅行は一泊二日程度の短期間ですが、町の旅行会やOB会の旅行など、年三、四回行っています。

また、退職と同時に始めた「NTT取

次ぎ店」と「半田そうめん販売店」が九年目を迎え、東奔西走しています。

今まで夫婦二人だけの家族でしたが、昨年四月から長男家族が帰り、七人家族になった現在では、家族がそろって賑やかな夕食時が一番嬉しく、元気で働けることを喜びとして、余生を送りたいと思っています。

テルウエルだより

ショートステイ・テルウエル

「愛松園」開設のご案内



テルウエルでは、急激に進行するわが国の長寿社会への移行の中で、今日の社会福祉全般の動向・変化を踏まえつつ、民間の福祉事業体として、国や地方自治体の社会福祉事業を補完する立場で、NTT職域をはじめOBの皆様方及び不特定多数の人々への福祉・生活上のため「生活援護事業」をはじめ「育英事業」「社会福祉施策援助事業」「社会福祉助成事業」など、幅広い社会福祉事業を推進しております。

この度、松山市において、テルウエルの直営による「ショートステイ」施設を開設することになりましたが、これは、電気通信共済会創立四〇周年記念事業の一環として、全国のパイロットとして実施するものであります。

なお、この施設は「ゆとり、安心、楽しさ、快適さ」を可能な限り追求し、将来実施予定のデイサービスも行えるよう、

設備等についても配慮しております。

◇ ショートステイの概要

・名称

ショートステイ・テルウェル「愛松園」

・目的

居宅において、寝たきり老人等を介護されている方の病気や介護疲れなどを考慮し、介護されている方に代わって当該寝たきり老人の方々を一時お預かりして、介護に当たっておられる方の負担の軽減を図るものです。

・場所

松山市喜与町 NTT松山病院前

・利用対象者

NTTグループのOBと社員の老親等で、概ね六五歳以上の寝たきりの方。一部は一般へも開放します。

・利用定数 二〇名

・入居期間

原則として、一回につき二週間以内。

・利用料金(予定)

一日当たり(三食付)
生活援護世帯……………三、〇〇〇円
NTTグループ……………五、〇〇〇円
一般利用……………七、〇〇〇円

・オープン 九月九日(木) 予定

お気軽にお電話をください

福祉の相談窓口

テルウェルでは、OBの皆さまのお近くで、より親身になって社会福祉活動を推進していくため、平成三年度から各営業所に「地区担当のケースワーカー」を配置し、活動を行っておりますが、香川

営業所の中山忠彦ケースワーカーと徳島営業所の児島貞雄ケースワーカーが、去る三月末をもって退職し、後任に山田蕃堤高数の兩名が就任しました。前任者同様、よろしくお引き回しくださいますようお願いいたします。

○愛媛県下担当

支部福祉センター 徳本 春好

・電話(〇八九九) 三四―七二九四

○香川県下担当

香川営業所 山田 蕃

・電話(〇八七八) 二三―〇二九四

○徳島県下担当

徳島営業所 堤 高数

・電話(〇八八六) 五五―〇二九四

○高知県下担当

高知営業所 梶田 留喜

・電話(〇八八八) 八五―二九四一

あなたもサークル活動に

参加しませんか

テルウェルでは、OBの皆様方に充実したセカンドライフを送っていただくために、各種のご支援をさせていただいておりますが、「社会・文化活動援助事業」の一つとして、毎年、サークル活動に援助を行っております。

現在、四国では約一、〇〇〇名余の方々が二六サークルで活動されております。皆さんの中で、まだどのサークルへも参加されていない方、また新たにサークルを結成したいと思っておられる方に、サークル活動への参加と、サークルの結

成をお勧めします。

◇ 連絡お問い合わせ先

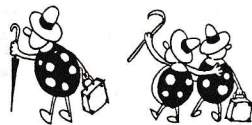
テルウェル四国支部福祉センター

電話(〇八九九)三二―九九五五

最寄りの営業所でも結構です。

サークル活動状況

サークル名	松山	高松	徳島	高知
謡曲	○			○
学習	○			
民踊	○			○
囲碁	○	○	○	○
将棋	○		○	
庭球	○			○
俳句	○		○	○
歩く会	○	○	○	
ゲートボール	○			
詩吟	○			
ダンス	○			
園芸		○		
俳画		○		
茶道				○
書道				○
その他			○	



サークルだより

香川電友会園芸クラブ

笠原 千弘（高松）

園芸愛好者が集い、昭和五二年一〇月二日、五〇有余名の有志によって、サークル活動を発足させ、早くも一五年余りを経過いたしました。

その間に、新・旧会員の変遷はありましたが、顔ぶれが変わっても会員数は、通年八〇余名の愛好者から成っております。

発足当初から、季節に先駆けた計画と実施を、年間八件以上を目標にし、最適な指導者を探すのに、先輩には大変ご苦労があったとのことでした。

爾来、ご指導ご協力を頂いているのは、県の機関として園芸試験場、農業改良普及所、園芸文化協会並びに各種の園芸会、園芸店、薬局等、各方面でご活躍の方々であり、技術・開発情報も同時に入手できます。

また、会員の中からも選出して、技術の向上を図っております。

今まで実施して来た行事の一部を挙げますと……

- 一 盆栽の仕立て方
- 二 庭木の作り方
- 三 福助菊の作り方
- 四 家庭菜園のポイント
- 五 椎茸の作り方と原木の加工実技・幹旋
- 六 小品盆栽



七 洋欄の楽しみ方

八 薬草の効用

九 土作りと肥料並びに病害虫の防除
などで、近年になって肥料「マグアンプK、プロミック、ハイボネックス粉末」を大袋で購入し、個人が求め易いように小分けする等々です。

これらを計画実施するに当たっては、世話人（一〇余名）会を年に三〜四回開き、取り組んでおります。

季節の移り変わりに順応した作業は難しく、お互いに話し合い注意し合って、本会の目的とする園芸技術の向上と、健康と親睦を計りつつ推進しているところです。



正月寄植の実習風景

ゲートボール六月会

大野 正治（松山）

昭和六〇年五月、テルウェルが私達退職者に、ゲートボールの講習をしてくれたのを契機として、六人の世話役により、おむつがいろいろなるまでやろうと、同年六月に六月会（むつきかい）と名をつけて発足しました。

現在会員は、六月会だけでゲートボ―

ルをやっている者一五名、地元の老人会のチームでもやっている者二〇名の計三五名です。

発足するまでは、あんな年寄りくさいことは御免だと言っていました。が、やってみると食わず嫌いをしなくて良かったと思っております。

ゲートボールは、ゴルフと麻雀と囲碁をミックスしたようなもので、大変おもしろくてしかも奥が深いのです。

「作物に、早く一雨ほしいけど、降ってほしくない昼の雨。夜降ってくれたらええおしめりで、球がきれいに転がってくれる。通過もタッチも気持ちいい。」
「ゲートボールは、強いチームが何時も勝つとは限らない。幸運の女神が時々巡って来てくれる。これがあるのて面白い。これがあるのて止められない。ゲートボールには夢がある。」、こんなことを思っています。

その上、初期投資、ランニングコストともに非常に安いので、年金生活者には最適のスポーツです。

ゲートボールは、意地悪ゲームだから嫌いだという人がいますが、意地悪をしないスポーツは無いと思います。

バッターに打ちよい球を投げしてくれるピッチャーはいないし、ブロックアウトやフェントや時間差攻撃をしないバレーボールもないと思います。

碁や将棋や麻雀は、一〇〇割意地悪ゲームだと思います。ゲートボールは、むしろ潔いスポーツです。攻撃は頭でしま



全国大会優勝記念
(62.10.8 於 河口湖畔)

大野 正治 七五〇
山守 長恵 七〇四
田中 勝也 六四二
敷村 サガ 七二五
石井 初彰 七五七
永井 彰 七二八
佐伯 正 七三二
岡野 弘 七五〇

すし、攻撃を受けるときはまな板の鯉です。いっさい抵抗をしません。
です。すしから、年を取っても出来るのです。古希、喜寿の人が沢山いて、米寿の人もやっています。
こういう人が若い人と対等に出来るのが、ゲートボールです。まあ、馬に乗ってみませんか、人に添ってみませんか、ゲートボールをやってみませんか。難しそうにみえるかも知れませんが、案外そんなことはないのです。誰でも出来ます。誰でもやっています。
扉を叩いてみてください。それであなたの健康とボケ防止の道が開けると思います。ご連絡をください。
現在は次の者が世話役をしています。

随想

伊勢海老の思い出

高原 博 (阿南)



余 栄 (死亡順)
五位勲五等瑞宝章 故 渡部 諭 (松山)
正七位勲六等瑞宝章 故 須藤兼太郎 (協町)
正七位勲六等瑞宝章 故 沖 一夫 (徳島)

私が暁二九四〇部隊から復員して二、三年経った頃だから、昭和二三、四年であつたと思う。局内装置保守のため、伊島郵便局へ出張を命ぜられた。
伊島通いの定期船甲子丸は、答島港を出港してエンジンの音も快調に伊島へと向かった。海上一五キ、一時間位の行程である。
天気は晴朗であるが、南方に台風でも発生しているのか土用波が立っている。潮風が身体に当たるのが爽やかで、気分は上々、伊島へは定刻についた。
局長室で挨拶を済ませて、直ぐに仕事にかかる。工程は夕方までに完了。岸壁の道を通って、島で只一軒の旅館に落ちつく。

夕食を済ませて、島にある遠い親戚を尋ねる。この家の息子は未だ外地から帰って居らず、確かな便りも無いため、老夫婦がひどく心配しておられるのが気の

毒で、自分の軍隊生活や出征中に見聞きしたことを、焼いてくれた餅をよばれながら、問われるままにあれこれと話しているうちに、夜も大分更けたので宿に帰った。
朝になって帰る支度をしていると、宿の人が、夕べ夜半過ぎから沖が荒れたので、今日は定期便が出ないかも知れないという。ともかく浜へ出て様子を見ることにした。

島の人も大勢出ていて、心配しながら皆で海を見ている。「船が出んようなら、今夜はランプで夜通し碁を打とう」と診療所の医者がいう。

島は自家発電で、点灯は一〇時まで、この医者は私との対局が一番の楽しみらしく、三カ月毎の出張を心待ちにしている様子であつた。

そんな時に、暁部隊の兵隊さんなら船には慣れているだろうから、家の船で送って行くと、親戚筋に当たる人がいつてくれた。渡りに船とはこの事かと、お言葉に甘えて自家用船で送ってもらうことにした。

しかし、乗るには乗ったが、今日は尋常一様の海ではない。南支那海やバシール海峡の荒天でも軍務に支障が無かった私ではあつたが、何しろ一万トンの船と漁船では揺れ方が大分違う。頭上からかぶる波しぶきと、上下左右に遠慮会釈もなく揺さぶられる海上一時間の荒行には、流石にこたえた。

小雨の中で、青ざめた顔色を見られず

に済んだのは何よりの救いであつたが、胸元にこみ上げてくる吐き気をこらえるのが大変で、暁部隊生き残りの面目にかけても吐くわけには行かないその辛さ、やっとの思いで答島港に着いた時には、正直なところ蘇生した思いがした。

岸壁を歩く私の足はまだふらついていて、土産に貰った特大の伊勢海老はすぐ元気が良かった。

あれから年月が随分経ったもんだなあと、遠い昔を思い出すこの頃である。

浪音にくるまれて(その2)

ヨット(汀三世)号で太平洋横断

北 哲朗(松山)

アクシデントは突然に襲ってきた。エンジンから黒煙が吹き出したのである。オーバーヒートか、いやそうでは無さそうである。マフラーが裂け、付け根から脱落している。Lボーパイプを直結し、シーラントで固めて大急修理。そのうちエンジンがブレーキをかけたように急停止。エンストだ。再始動するもスクリュイが回らない。ドライブをつり上げて点検すると、プロペラがロープをがっちり巻き込んでいた。冷凍用ナイフで寸断し除去すると、何と魚網ではないか。何で太平洋のど真ん中に魚網があるのか、瀬戸内では起こり得るが、太平洋に浮遊するロープがペラに巻き付くなど、万分の一も考えられない。北カリホルニア沖のマグロ延縄漁の漂流物だろうか。海の汚染の広がりが無念である。

この二四日間、三六〇度水平線のみで、一隻の船にも出会っていない。まさにハプニングである。ここはE一五二度、N二七度三〇分、マールカス島(南鳥島)の北方一五〇海里付近である。

思えば二一日目の五月二三日早朝より、中心気圧九八六ミリバールの低気圧前線に遭遇。長大に延びた温暖・寒冷・停滞前線との戦いに、丸三日間、ヒープツウ(風向きに艇を立てて漂流する状態)の断続を含め、悪戦苦闘して二人ともいささかマグロ気味。二五日の午後、やっと前線を脱出し、悪夢の三日間から覚めたところであった。



汀3世号カタマランの全景

この時化で風力五の強風時に、ブームのマスト付け根にあるグースネックのピンが飛ばされ、メインセイルが暴れるアクシデントもあったが、この時の激しい波浪にたたかれたのが、エンジントラブルの原因でもあるのか、それとも老朽症状か。連鎖トラブルとして、オイルパンのパイプナットより潤滑油漏れ(摩耗したアルミパッキンを糸半田を巻き付けて

代用修理)、ユニバーサルジョイントのボルト曲がり、エンジンセンタの芯ずれ、給水ポンプのゴムパイプの亀裂等々を続発。全て応急修理でひとまず回復したが、窮すれば何とかなるものだ。NTT在職中の台風災害復旧の経験と度胸が、今になってトラブル克服の支えになった事を、あらためて感謝している。

この横断航海中のトラブルアクシデントは、エンジン関係八件、セイル関係三件をカウントしたが、どれも貴重な体験となった。

「石鎚山に雪が降った」の知らせは、アマ無線のJ A 5 L V Q 仲神氏(NTT)からのメッセージ、二五日目の五月二七日、〇六時三〇分の定時交信で、一〇年ぶりの異常気象との連絡があった。この日、日本に停滞するはずの梅雨前線が、ここ太平洋上E一五〇度、N二六度上にあつて、気圧は九九八ミリバール、二〇ノットで東進中の(汀)号は、四度目の前線交差となった。シベリア高気圧南下の影響をモロに受け、またまた追いつ追われつの手ごわい前線との戦いだ。ヒープツウを交えて頑張ろう。

二八日目の五月三〇日、やっと高気圧一〇一二ミリバールの貿易風帯に戻る。ここはE一四六度一六分、N二六度四三分、風力三のアビームの風、高層雲のちぎれて流れる姿が美しい。セイルは満開で最高の気分だ。

故郷の孫娘「舞ちゃん」に見せてやりたい思いで、一詩をメモる。

「貿易風」

一 風がささやきながら追って来る
白い羽衣の天女さん

あなたは今から何処へ行く
教えてくれたらお供しましょう

行き先が変わったら私の仲間に伝えましょう

二 風力は三でいいですか西北西ですネ
風が息をはずませて追って来る

白い帆布の「なぎさ」さん

私もジャポニカにお連れ下さい

夜も日も貴方を慕ってこの一〇日

どうぞ方向を変えないでネ

風力五で前線退治をまかせなさい

三 風が嘆き声で追って来る

ロイヤルブルーのカタマランさん

貴方は私と別れて戦うの

北に上があれば悪魔の前線よ

淋しいけれど向きはやはり故郷ネ

また逢う日まで北緯二一度線で待ってます

三〇日目の六月一日、午前一〇時一五

分、ついに待望のラウンドフォー、憧れ

の父島は雨だった。GPSは正確に計画

航路をオンラインしたが、雨霧で視界を

とざされ不安で一杯だ。突然、右舷五〇

メートルに、断崖絶壁をラウンドフォー

一、父島南端が襲いかかるように追って

来る。喜びよりも恐怖に近い感激だ。時

速三ノットの機帆走で慎重に前進。南島

の岩礁を迂回して、烏帽子岩へアプロ

チ。午後一時三〇分、二見港の青燈台に

係留。E一四二度一分、N二七度〇五

分、ついに日本の最南端にたどり着いた。

父島までの全行程三〇日間、ご苦労さ

ん。今何を望むか……ただひたすらに風
呂に入りたいたのみ。そして畳の上でゆっ
くり眠りたい。

「追記」

六月 七日 父島二見港出港

一二日 一四時、黒潮横断開始

一三日 横断完了

一四日 紀伊水道周参見港で潮待ち

一五時、高松港大橋通過

一五時、高松港大橋通過

七時四五分、瀬戸大橋通過

一三時、伊予三島港入港

税関等入国手続き

一八時、伊予三島港出港

六時、今治港出港

一二時四五分、母港松山三津港に帰国

☆太平洋横断を無事完航。実航海日数
四一日、実行程四、〇〇〇海里。



帰国報告会（NTTプラザ松山）

沖縄ふた旅

猪谷 嘉夫（豊川）

最初に沖縄を訪れたのは昭和四三年で、
当時は被占領地だったため、パスポート
を持ち神戸からの船旅。今回は名古屋か

ら空路那覇に直行。高度七千米だが天気
晴朗で視界は明るく、一時間ばかりして
種子島、屋久島が目に入る。

南西諸島は拡大した立体地図を見る様だ。

間もなく下降姿勢、二時間少々で那覇に

到着。その夜は目抜き通りの国際通りを歩く。

翌日は首里城見物。守礼の門前に王室

の侍女衣裳姿の娘達が記念品を売りつけ

ておる。城内を一巡したが復元後日が浅

いためか、落ち着きがなく何となくけ

けばしい感じだ。

翌々日は、知人の車で那覇市内を一巡

して高速道を走り、本部半島先端にある

国営沖縄記念公園に行く。園内には九つ

の施設―水族館、熱帯ドリームセンター、

エキスポランドなど。入園は無料だが各

施設毎に入場料がいる。

園内は実に広大で、歩いて回れば優に

一日はかかる。余り時間もないので、水

族館と熱帯ドリームセンターだけを見る。

水族館は、世界的規模の水槽で飼育され

ている熱帯魚や大型のサメ、エイなど。

また、熱帯ドリームセンターは、ランを

始め色鮮やかな花々、特に色とりどりの

カトレアが沢山咲いていた。

帰途、読谷村にできた、NHKの「琉

球の風」撮影用のスタジオ・パークに立

ち寄る。広大な原野に実物大の首里城セ

ットが造られ、道筋の石垣も本物の石で

築かれているなどで、セットとは言え中

々大したものである。大物ドラマに金の

かかることも宜なるかな合点。スタジオ

・パークから空港へ行き帰路につく。午

前中の雨で雲海上を飛ぶ。

沖縄の地勢は、丘陵地の連続で平地は少なく、農産物と言えばパイナップルと甘蔗が少々で、専ら駐留軍と観光収入に支えられておる様である。従って、観光収入を得るため、各種の施設は観光客誘致に絞られ、少しでも多く観光客の懐を軽くすることを意図しておる様に思われた。

(四、二五記)

どっこい私は生きている

伝令

井上 政夫(松山)

私は奇蹟的に助かったが、裸一貫(本当に禪一つ)である。とりあえず使用可能な資材をトラック一台に積み込み、安全な場所へ移動して善後策を鳩首。急を本隊に告げる者と、機材を監視する者とをジャンケンで決める。

行くも地獄、残るも地獄である。志堅原上等兵と私が伝令となった。太陽が西に傾き夜の帳がおりると、真夏でも大陸は急に冷え込む。付近に散乱している主のない軍服を失敬し、焼けボックリの小銃を持ち、一応格好をつけて出発する。

軍公路は狙撃される危険性があるので、迂回して山中に入る。通信兵の勘だろうが電線の端末が目指す我が隊の本部(通信所)につながっていると思ひ、上を向いて歩く。(その時、私は栄養失調で鳥目であった)

背丈程の灌木や雑草を押し分けかき分け手探りで進む。窪地に落ち込み這いず

り上がる。クリークにドボン。濡れ鼠となるが、衣服を乾燥する時間も惜しい。手足や顔がいばらに裂かれ血が滲む。

夜明け前が一番暗いという。私を誘導していた志堅原上等兵の「線が見えん」という悲痛な声。進退極まってバツタリ横になる。目を閉じれば、昨日からの出来事が次々と脳裏をかすめ、襲い来る不安と恐怖にさいなまれる。遠くで「パチパチ」と豆をいるような銃撃音がする。時折上がる曳光弾は不気味だが美しい。故郷の夏祭の花火を思う。

「朝の来ない夜はない」ようやく東の空が白み始めた。「やった」。私の目にも電線がはつきり見えだした。

空腹と疲労でもうろうとなりよるける。志堅原上等兵の叱責が飛んで来る。山中で小さな廃墟にたどり着き食える物を漁るが、食物などあるはずがない。猫の子一匹居ない。途中から地下埋設となつたのか、電線が視界から消えた。引き返して地下埋設点を探す。そうして一時頃、やっと本隊にたどり着き、上下色違いの破れた軍服、敗残兵のような格好で中隊長に申告した。隊長の「ご苦労」という言葉を聞いたとき、得体の知れない涙とも汗とも分らないものが顔面から吹き出した。頭部の治療を受け、待望の飯にありつけたことは申すまでもない。後で聞いたことだが、界頭市というところの山中で被災し、〇〇Kの山野を飲まず食わずの夜行軍であったとか。その後、初年兵の時、「生命より大切

だ」と教えてくれた三八式騎兵銃と、生命を守ってくれた鉄帽に別れを告げる日が来た。

戦友、志堅原幸一氏は国鉄マン。停年後は函館でホテルのフロント係に再就職されたとか、文通が絶えて久しい。有り難う。ご健勝を祈るや切。

表紙の言葉

蟬

莊野 丹秀(内海)

騒音に悩まされる今日この頃、せめて夏の夕暮れぐらいは、木陰で夕涼みをしたいものである。

鳴きあきて蟬も木陰で夕涼み 丹秀

題 字

長谷川幽斎(茂)氏です。

原稿募集

- 一 近況短信(四百字程度)
 - 二 短歌、俳句、川柳
 - 三 サークルの活動状況
 - 四 随想等(八百字程度)
- 〆切は八月末日です。会員多数からの投稿をお待ちしています。

四国電友会会報 第八三号
平成五年七月一日
編集発行 電友会四国地方本部
松山市一番町四ノ三
N T T 四国支社内
電話(〇八九)三二二三

印刷 四国電話印刷株式会社

の NTT

安いだの、高いだの、

そう簡単に決められっか！

ものごと二長一短

おやじのデエから

電話はNTTに決まってるんだ！



電話はやっぱり
NTT