

四国愛友会会報

第 94 号

8 年 4 月



目 次

NTTだより.....2

電通審答申に対するNTTの考え方.....2

遠距離通話料金の大幅値下げ.....3

お話し中調べは局番なしの一一四番.....3

「キャッチホンII」サービス開始.....3

テルウェルだより.....4

PHS百台を福祉施設に寄贈.....4

小松島地区にボラグループ.....4

サロン「かつやま」に大北文庫.....4

お気軽にご利用下さい.....5

テルウェルケーターからのご案内.....5

人生さまざま・後半生を生きる.....6

私は今.....7

年金情報.....11

お知らせ.....12

健康のページ (NTT松山病院長).....13

サークルだより (高知).....14

本棚.....14

俳句 (徳島).....15

NTTなまひ

電気通信審議会答申に対する

NTTの考え方

二月二十九日、電気通信審議会（郵政相の諮問機関、会長・那須翔東京電力会長）は、現在のNTTを一九九八年度をめぐりに、長距離会社と地域会社に分離した上、地域会社を東西二社に分割し、三社体制とすべきだとする答申を日野市朗郵政相に提出しました。

八二年の第二次臨時行政調査会以来、三度目の分離・分割答申となります。

同日発表された、この答申に対するNTTの考え方は以下のとおりです。

当社の在り方について、本日、電気通信審議会の答申が出されました。

答申は、「公正有効競争条件の整備」、「経営の効率化」等の観点から、当社の分離・分割（再編成）の必要性を提言したものと考えます。

当社は、急速な技術革新やマルチメディアの出現等、今後、情報通信市場が大きく変革されつつある環境の下で、NTTの分離・分割という構造的措置は、①サービス・料金の地域格差を生じさせる、②研究開発力・国際競争力を弱め日本の情報通信産業全体の停滞を招く、③株主の権利を侵害する等の理由で、豊かな国民生活の実現や日本経済の発展に結びつかず、採るべきではないと主張してきました。

今回の答申はこのような課題に対して十分応えているとは言いがたく、極めて遺憾であります。

具体的には、答申には以下のような重大な疑問点があります。

一 世界の情報通信はグローバル化・マルチメディア化など市場融和に向けて急速に動いており、アメリカにおいても長距離と地域の区別がなくなるなど、エンドエンドのサービス競争の時代に突入しています。

しかし、答申では、従来の国内の電話分野を中心に論じられ、しかも業務区分は法制度上存在しないとしながら、長距離／地域の業務区分をもって分離・分割を提言しているなど、今後の情報通信の動向を十分に見通したものと考えざるを得ません。

二 分離・分割という構造的措置をとる可否かは、そのメリット・デメリットを総合的に比較検討して判断すべきものと考えます。

しかし、答申は構造的措置のメリットのみを強調し、デメリットについては十分な検討がなされていません。例えば国のセキュリティ確保や株主の権利確保の重要性、分離・分割に伴

う時間的、物理的ロスなどについても極めて楽観的な判断となっています。

三 答申は「構造的措置によらなければ、ボトルネック独占の解消にならず、公正競争上の問題解決にならない」としていますが、今後の長距離・地域など全分野にわたる競争促進に向けた公正競争条件の整備は、あくまでネットワークのオープン化の着実な実施や接続ルールの確立で対処することが適切であると考えます。

これまでの「市場の規制緩和」の不十分さや「料金リバランス」の遅れが新規参入意欲の阻害要因となってきたことなどから、むしろ競争促進の面から「魅力ある市場の形成」に向けた行政サイドの取り組みが不可欠であり、この検討が不十分なままNTTの分離・分割を結論づけるのは適切でないと考えます。

なお、当社としても公正競争条件整備を最大の課題と認識し、引き続き取り組みを強化していく所存であります。

四 答申は、経営が非効率であるが故に分離・分割して間接競争（ヤードスティック方式）により効率化を図る必要があるとしています。間接競争によって大幅な合理化は期待できません。

経営の効率化は、市場の競争を通じて企業総体として技術革新に伴う新技術の導入や各種合理化施策等によってダイナミックに実施していくものであり、当社の自主的な経営努力に委ねられるべき問題であると考えます。

五 答申は、現実性にも大きな問題があります。

例えば分離・分割をした場合の財務見通しは、一九九九年の分離分割三社の経常利益の合計を約七、五〇〇億円と予想するなど、現実と大きく乖離したものとなっており、それを前提として分離・分割を結論づけている答申は非現実的なものであると考えます。

またこれをもとに、サービス・料金の地域格差、国際競争力、研究開発、株主の権利確保といった重大な事項について問題ないと判断することは、極めて危険と考えます。

当社は、国内市場の活性化を図るとともに、世界で通用する研究開発を原動力として、グローバル競争市場で活躍できる企業グループに変革を図っていきます。そして、今後、日本が世界の情報通信分野での大競争の中で勝ち残っていくために、当社も大いにお役に立ちたいと考えています。

遠距離通話料金大幅値下げ

N T Tでは、二月二日、二千年までに最遠距離通話料金三分百円を目指す第一歩として、平日昼間の最遠距離（一六〇瓏超）通話料金の大幅値下げ（約▲二三％）を、郵政大臣に対し認可申請しました。（下表参照）

認可が得られれば、三月一九日（火）から実施されることになっていきます。

今回の改定は、平日昼間の最遠距離通話料金を値下げするものであり、これまでの三分百八〇円が百四〇円となります。

値下げ後の電話料金表
(加入電話のダイヤル通話料金)

	昼 間		夜 間	深夜・早朝
	平日 午前8時～ 午後7時	午後7時～午後 11時(土・日・祝の 曜を除く)	午後11時～ 午前8時	
区域内	3分 (10円)		4分(10円)	
隣接・ ～20km	90秒 (20円)		2分(20円)	
20km～ 30km	45秒 (40円)		1分(30円)	
30km～ 60km	36秒 (50円)		1分(30円)	
60km～ 100km	22.5秒(80円)	30秒(60円)	45秒(40円)	
100km～ 160km	13秒(140円)	22.5秒(80円)	30秒(60円)	
160km超	13秒(140円)	18秒(100円)	22.5秒(80円)	

10円でかけられる時間は表のとおりです。()内の数字は3分間通話した場合の料金です。

お話し中調べは

局番なしの一一四番へ

N T Tでは、お客様に電話をより便利にご利用頂けるように、「お話し中調べ」専用の番号（一一四番）を、二月二日（土）午前二時に開設しました。

ご存じのように、従来はお客様が一一三番をダイヤルされると、先ず自動応答試験装置が応答し、そのガイダンスに従って、お客様にお話し中調べか故障問い合わせか（0か1）を選択して頂くようになっておりました。

このため、迅速な応対が望まれる故障問い合わせ等についても、自動応答装置を介して受付担当者が応対することになり、お客様より改善を求める声が寄せられていました。

こうしたお客様からのご要望にお応えするために、故障問い合わせ等については、一一三番で受付担当者に直接おたずねし、お話し中調べについては、新たに一一四番を新設して、自動でお調べすることにしたものです。

「キャッチホンII」サービス開始

N T T四国では、現行のキャッチホンに、お話し中にかかっていた電話を録音する機能を追加した「キャッチホンII」を、三月一日（金）から、愛媛県と香川県でサービス開始しました。

現行のキャッチホンは、四国では昭和四七年一〇月にサービス開始したもので、お話し中に他から電話がかかってくる時に、簡単な操作で切り替えられる便利なサービスとしてご好評を得ていますが、その反面、「大事な電話の時に切り替えにくい」、「切り替えなければ留守だと思われる」などの意見が寄せられていました。

そのため、この新サービスの「キャッチホンII」は、新しい機能として交換機内に音声蓄積装置を新たに設け、他からかかってきた電話に出られない場合は音声で応答し、かけてきた方のメッセージを録音（最大六個）して、通話終了後に「切り替えにくい」など悩みに対しては、解消されることになりました。

また、パソコン通信等を使用中に他から電話が入っても、データの乱れが無く、安心してご利用頂けます。

なお、「キャッチホンII」の申込みは、局番なしの一一六番が最寄りの営業窓口で承ります。

また、徳島県と高知県については、平成八年六月一日からサービス開始します。便利になった「キャッチホンII」をどうぞご利用下さい。

テルウェルだより

テルウェルからPHS百台

福祉施設・ボラ活動に寄贈

テルウェル四国支部の社会福祉助成事業として、また、テルウェル創立四周年を記念して、今話題のPHS百台を、次により各県に寄贈しました。

・愛媛県 三三台（二月二日に贈呈）
・香川県 二五台（二月二日に贈呈）
・徳島県 二〇台（三月七日に贈呈）
・高知県 二二台（二月二日に贈呈）

ご存じの通りPHSは、昨年一〇月に四国の四県都でサービスを開始し、その後、サービスエリアの拡大と料金値下げが行われて、その便利さと手軽さが受けている人気商品です。

このため、テルウェル四国支部では、移動しながら福祉活動を行っている方々に使って頂ければ、非常に役に立つのではと考えて贈呈したものです。

選定した機種は、NTTパーソナル四国の簡易型携帯電話バルディオ一〇一Nで、機器代金と初期費用の合計（一台約二万四千円）を負担させて頂きました。各県の贈呈式では、福祉施設等の代表者から、「今後、福祉活動の充実に一層努力したい」と、感謝と決意を込めた言葉を頂いております。

独り暮らしの老人宅への夜間巡回、入浴車による巡回入浴、福祉施設でのボランティア活動等に役立てて下さるものと期待しています。

また、このPHSの贈呈が契機となっ

て、PHSを贈った施設から新たな需要（購入申込）が出ているところもあります。



H8. 2. 21
贈呈式後にPHSの使用方を説明
（於：NTTプラザ松山）



H8. 2. 23
テルウェル高知営業所長の挨拶



H8. 2. 21
テルウェル青木支部長から
愛媛県社会福祉協議会の電
本次長へ
（於：NTTプラザ松山）

小松島地区にボランティアグループ
「小松島地区にボランティアグループ」

小松島市を中心としたNTTOBの親睦団体「みなと会」等では、昨年来、ボランティアグループ結成の機運が高まり、何回かの準備会とテルウェル徳島営業所や高知ボラグループの支援を受けて、この一月二〇日（土）、「ボランティアNTT小松島OB会」の結成大会を、小松島公民館で開催しました。

当日は、JRのOBで鴨島町ボランティア協議会副会長の三倉要一氏に、ボランティア活動についてお話し頂き、互いに今後の活動を誓っております。

会員数は現在二八名で、会長は板東久雄氏、事務局長は大槻喜三郎氏です。

これで、四国管内のNTTOBによるボランティアグループ数は一〇となり、会員数は、全グループ合わせて四一二名を数えるまでになりました。

「囲碁愛好OBの遺族が図書寄贈」

サロン「かつやま」に大北文庫

昨年の一〇月一日に逝去されました囲碁愛好OB、大北光明氏（享年六八歳、昭和六三年松山支店退職）のご遺族から

地区	サロシ名	設置場所等	ご利用案内
高知	まおびや	高知市常屋町二五二 (NTT高知支店ビル) ☎(087)331-5502	・月曜日 ・土曜日 ・三時～ ・六時～ ・囲碁、将 ・棋、新聞、 ・雑誌、図 ・書等あり ・湯茶設備 あり
徳島	びざん	徳島市弓町三丁目九三 ☎(087)441-0433	
高松	たまと	高松市内町一〇二 (NTT香川支店北ビル) ☎(087)551-9623	
松山	やかまつ	松山市松前町二八二 ☎(089)433-9750	

◎ NTT O B サロン

利用は無料です。

お気軽にご利用下さい
退職者サロンはOB交流の場
テルウェルは、OBの方々が気軽に立ち寄り、くつろげる場として、各県に何か所開設されている退職者サロンの運営を、NTTから委託されています。

お気軽にご利用下さい
退職者サロンはOB交流の場
テルウェルは、OBの方々が気軽に立ち寄り、くつろげる場として、各県に何か所開設されている退職者サロンの運営を、NTTから委託されています。

OB囲碁同好会に、囲碁関係の図書二五〇冊とビデオ五七巻の寄贈がありました。同好会では、NTT・テルウェルと打合せの上、退職者サロン「かつやま」に、「大北文庫」として保管し、利用させて頂くことにしました。

同好会の菅常一氏(OB)が図書等を整理し、目録と貸出簿を作成して下さいましたので、ご遺族のご意思に沿ったご利用をお願い致します。

図書は奥の別室書棚に、また、ビデオは洋室入口のスチールボックス内に収納してあります。

テルウェルケーターは

様々なイベントに

挑戦します

もっと心のこもった

もてなしがしたい。

もっとパーティを盛り上げたい。

もっと変わった事がしたい。

そんな時

“テルウェルケーター”は
きっとお役にたちます。

米寿等長寿祝賀会

誕生パーティー

各種セミナー

創立記念日

歓送迎会

叙勲祝賀会

ビデオ作成

ひな祭り等節季祝い

ご 法 要

新 築 祝 い

- ご相談・ご用命は テルウェル企画部 ケーター担当 TEL089-932-9961
金子・吉田 FAX089-945-2269

ドキュメント

人生さまざま・後半生を生きる

健歩はつらつ人生

「齢六十五歳となり、税制上からも老齡控除の適用を受け、長寿手帳の交付も受けて、実質的に老人の仲間入りをしたが、市の健康診断を受けたら、どこも悪いところはない、健康優良老人だと言われた。」と豪語するKさんの生きざまを紹介させて頂きます。

彼に退職後の趣味は？と聞くと、即座に「歩き遍路」と言う。彼がいつの頃から四国巡礼を始め、どんな心境から歩き遍路を思い立ったかは知りませんが、今は巡りめぐって五巡目だそうです。

遍路と聞くと、菜の花畑の中を歩く白装束の遍路姿が目につかびますが、最近では自家用車で、あるいは観光バスで乗り着け、朱印帳に記帳を済ませると、そそくさと次の札所へと向かう観光遍路が目立ちます。彼に言わせると、「それらは単なるお寺参り。点と点を結ぶ線こそ修行の場であり、そこから生まれるのが信迎だ。」となかなか手厳しい。これも弘法大師の導きでしょうか。

四国霊場八十八ヶ所の全行程は千三百キロ、順調に歩いても四、五十日かかる。彼は全行程を三分割して完全徒歩で巡拝を繰り返しているそうですが、それにしても毎回十数日を歩き続け、今春で五巡目を終わろうとしています。

彼の愛用の菅笠を見ると、内側に「耐える」「見る」「学ぶ」と墨書してあり

ます。その心は、○ 耐えるとは、弘法大師と「同行二人」とはいえ一人歩きの身です。孤独に耐え、粗食に耐え、体力に耐えることだそうです。道中では般若湯も頂かず喉が乾いてもビールを避け、禁酒禁煙でただ黙々と歩く。酒好きの彼にとっては、まさに耐える修行でしょう。

○ 見るとは、自分の本当の姿を見ることだそうです。厳しい道中には様々な試練に直面する。そのとき世俗では気がつかなかった自分の姿が見え、自戒の念に苛まれるそうです。歩くうち、また札所で灯明と線香を手向け読経するなかで、どのような自分の姿を見出したのか、伺い知ることとは出来ないし、彼も語ろうとはしません。修行僧の心境でしょうか。

○ 学ぶとは、自然と人情に触れ合うなかで学ぶことだそうです。道端の雑草から四季折々の移り変わりを感ぜ、遍路接待に土地の人情に触れ、めぐり会った遍路に他国の生活を学ぶ。これこそ真の学びかも知れません。

彼はまた、西国三十三観音霊場巡りも終えている。これはさすがに全行程徒歩とはいかず、マイカー巡礼だそうですが、それでも駐車場から寺までの険しい道は嫌でも歩かなくてはなりません。昨年の秋のこと、毎年行方「電友会バスツアー」の南紀めぐりの際、西国霊場二番札所の「紀三井寺」に立ち寄りしました。山門から、いきなり二百三十一段の急勾配の石段を登って行くため、本堂まで辿り着いたのは参加者の約半数、そのなかで、息も切らさず悠々と参詣して来た彼の脚力

には、全員脱帽するのみでした。

また昨年十月のある日、「これから十日ばあ居らんきにのー」と言う。「どうして？」と聞くと「歩いてくる」と一言。しばらくして帰ってきてからの話では、東京日本橋をふり出しに京都三条大橋までの東海道五十三次の一人旅に向かったそうです。旧東海道を一路西へテクテク歩いて、品川では飯盛女を偲び、箱根八里の「天下の険」も物ともせず健脚にものを云わせて打ち越え、静岡の「丸子とろろ汁」で舌鼓を打って来たとのこと。ただ舌を巻くばかりです。

彼の日課は、夜明けを待つ朝のウォーキングから始まります。コースは、近くの小高い山の上にある水道浄水場を取り巻く、アップダウンの道路を一周して帰る約四キロの道です。少々の雨でも休むことなく、もうかれこれ十年が近いそうです。これも歩き遍路に備えての足慣らしだそう。そして彼はただ歩くだけでは勿体ないと、ゴミ袋片手にゴミ拾いにも精出すおまけ付きです。「ようやるにやー」と言うとき、「ゴルフでも、ただでは歩けんろうがよ。ボールを追うきに歩けるがよ」とニンマリ。彼のウォーキングには付加価値があります。

ともあれ、人間が他の動物と違う最たるものは、二本の足で歩くことだと云われています。健康なればこそ歩くことが出来るでしょうし、健康の源はこれまた歩くことでしょう。「這えば立て、立てば歩めの親心」を感じつつ、彼はこれからも歩き続けることでしょう。

(楠瀬編集委員 記)

私は今

◇ 青木 茂 (徳島市)

退職後、妻と共通の趣味を持ち、楽しむようになって早一〇年。今ではその趣味を生かして「ダンス雑学もの知り百科」「熟年者のためのサイクリングガイド」をまとめ、昨年は四国放送「午後のほりきりワイド」に出演したりしました。

全国各地の競技大会に参加することもありましたが、時にはNTTOBとの出会いや、賞状、トロフィーにありつくのも楽しみの一つです。そして何より夫婦揃っての健康と、若返り効果の配当に満足している昨今です。

◇ 伊丹 静子 (美馬町)

退職して早一年。月日の経つのが実に早く感じられる今日この頃です。

退職後数年は元気で、友人達と旅行を楽しんでいましたが、三年前に大腸の手術をし、現在も月に二回通院しています。

また、最近、膝関節炎で大変悩んでいますが、少しずつ快方に向かっていますので、好きな旅行にももうすぐ行けると楽しみにしています。

今後は、心身共に健やかな老後を心掛けて、家族に迷惑をかけないよう頑張っ

◇ 内田 英子 (井川町)

「早出」「夜勤」「泊まり」と長い間の交代制勤務から解放され、自由な毎日が自分のものとなって早三年が参ります。

孫の守りを頼まれたり、遠くに住む年
老いた両親の顔も見たい。そして何か自
分の楽しみもと欲張れば切りなしです。
健康のためと娘に勧められ、始めたの
がゴルフ。歩くことには自信ありと思っ
ていたのですが、何とあのちっちゃなボ
ール一つに翻弄されっぱなし。この年で
始めた勇氣だけは褒めて頂き、腕の方は
さっぱり、悪戦苦闘の今日この頃です。

◇ 岡崎 信 (伊野町)

退職しまして一三年余りが瞬く間に過
ぎてしまいました。月日の経つのは本当
に早く、私も今年は古希を迎える「とし」
になりました。その間ずっと、福祉セン
ターの健康体操と高齢者大学は続けてい
ます。

昨春秋に亡くなった兄の看病に一年余
り通った外は、友達と集まっておしゃべ
りをしたり、カラオケや市民講座に行っ
たりと、家にこもらずに外に出るように
しています。これからは、健康に気を付
けて頑張っていきたいと思っています。
皆様もお元気で。

◇ 岡山 美代子 (綾南町)

平成三年春、二九名の仲間と共ににぎ
やかに退職しました。

退職後は健康第一。でも私は、既に高
血圧症で肥満体。まずは減量と、ダイエ
ット小冊子片手に一日一六〇〇キロカロ
ー食。毎夕には、五キロメートルのウォ
ーキング。四カ月で、目標の八キログラ
ム減量を達成出来ました。

幸い香川電友会に歩く会が出来、運動

不足解消のため仲間に入れて頂き、山や
海にまた史跡めぐりに、皆さんと一緒に
元気で楽しんでおります。

◇ 加藤 昭夫 (多度津町)

退職して早くも一〇年が過ぎてしま
いました。

気ままに過ごしていますが、ストレス
を作るために夜間は働いています。仕事
と寒さのストレスが、結構心の励みにな
っているようです。しかし、暖かくなる
日を心待ちにしている毎日です。

また、園芸をやっていますが、自己流
なので満足出来る物は出来ません。
皆様のご健康とご多幸をお祈りします。

◇ 亀山 茂信 (丸亀市)

若い若いと思っていたら、いつの間に
か老人医療を受けられる年齢になりまし
た。

現役時代、仕事仕事で何もしてやれな
かった妻えの罪滅ぼしにと始めたフルム
ーン旅行も、東から西へ南から北へと、
全国の温泉地や観光地を一巡するまでに
なりました。これからは、怖がる女房を
説得して、何とか海外旅行と考えており
ます。そのためにはかりではないのですが、
趣味と健康保持を兼ねて、絶対に上達す
る見込みのないゴルフに精を出している
今日この頃です。皆様方のご健勝とご多
幸をお祈りします。

◇ 木村 信義 (三木町)

鳥兎匆匆、五三年に公社を退職。関連
会社で一〇年余お世話になり、現在、ま

だ第三の職場で働いています。古希を過ぎて働かせて頂き、有り難いと感謝しております。

地域では財産区議員、お寺のお世話、文化財保護協会の雑用、ボランティア等々。暇をみては小旅行に出掛け、月一回は一本会の仲間と飲んで騒ぎ、ボケ防止として漢字の検定試験を受けたり、古文書の解読をしたり、結構退屈せずに元気で過ごしておりますヤトシです。

◇ 四宮 博

(高松市)

近況を書くようにとのことですが、今年には正月から小さいトラブルが続いて、気を付けねばと思っています。

会報が来ると、先ず敬吊欄へ目が行くようになりまた、最近では近くの公民館へ碁を打ちに行ったり、あちこちのおばあちゃん達の俳句会に出席したり、古い物を見て歩いたりしています。

人の世に近道はなし寒椿 博
家の事情もあって雑用も多いのですが、焦らずに歩いて行きます。

◇ 関 文昭

(善通寺市)

公社を退職して早一二年。月日が経つのは早いもの。郷里へ帰り、良き先輩、同僚に恵まれ、楽しい毎日を健康に過ごしています。

只今はゴルフ、ゴルフの毎日、OB会(ハ一会)で月に一度のコンペ。これがまた楽しく、全員で和気あいあいとプレーしています。

また、OB会での同好の士等と一緒に、週一回、丸亀、坂出、琴平へと出掛け、

プレーに励んでいます。若いときからの高血圧も何のその、老いて益々元気です。

◇ 瀬良 弘

(松山市)

勤めから解放され九年が過ぎました。

その間、無為徒食の日々を送ったわけですが、何もしないというのは、悪いことをする奴よりもお悪いのではと思うこの頃です。

グループ活動としては、少しテレるが「花開く会」と名付ける男女各五名の月例の飲み会をやり、年に一回の旅行も楽しんでおります。

日常的には月、木曜にテニスを、月に一・五回のペースでゴルフを、頑張ってきたびれるより、くたびれないように頑張っています。

◇ 田中 章男

(松山市)

運命、宿命、運勢、それぞれの意味するものについて考えている昨今。

電電公社最後の退職者(昭和六〇年)。以後、テルウェルで八年。暫くブラブラボランティアの会員となりながら満足な活動もできず、反省しきり。

現在、(株)長崎商事の警備業務に就職。寒さ暑さと闘いながら現場の責任者(今更?)として苦闘。何の因果かと考える一方、命と健康の続く限りチャレンジしようと思っている。労働の後の酒の旨いこと。

◇ 田村 政明

(今治市)

昭和六三年に桜井に帰る。以後、夫婦で旅行したりしていたが、縁あって高校

の警備員を勤め、現在に至っている。

時の流れとともに、寺の地区総代、自治会の会計等の世話もしている。二年前から今治局OB仲間とボランティアGをつくり、子供の介助、清掃等を手さぐりながら結構楽しくやっている。

昨年九月、妻が急死し、書きためた日本画、短歌を整理して遺作集を刊行。心の傷をなめている。

独居老人となり、夜は寒さこらえて飲んでますが、何時まで続くことか?

◇ 寺島 邦夫

(松山市)

平成三年、四国ネットワークセンタを最後に退職を致しました。まだまだ働く意欲は旺盛で、現在はテルテック四国(株)でお世話になっております。

退職後、趣味の書道とて思い、日本書道協会に入会し、漢字カナの部門で六段を取得。連鎖教室開設の認可を貰いました。最近では、地域広報委員の委嘱があり、少しでも町内のお役に立てればと思いい活動をしております。

子供達(二女一男)も、昨年、長男の嫁取りで片づき、近く三人目の孫が誕生しそうです。

これからは機をみては旅行もし、時の流れに身を任せて行きたいと思っています。

◇ 中矢 幸久

(松山市)

皆様お変わりございませんか。光陰矢の如し。公社を退職して早一四年。健康に自信のあった私も、三年前、腸破裂に伴う腹膜炎で救急大手術。一命はとりとめました。

一昨年、古希も無事終え、現在も建設会社の松山出張所で孤軍奮闘しております。九年前に妻と死別。子供達は成人して離れているため一人暮らし。仕事と趣味の写真、旅行等で車を運転しながら、ボケ防止と健康管理に努めております。皆様のご健康とご多幸をお祈り致します。

◇ 原田 耕治

(志度町)

退職後七年間は、何かと勤め口を意欲的に求め勤務したものの、とかく現役時代と比較し精神的にストレスがたまり体調に異変を感じ、勤めを辞めたものの満たされない気持ちはぬぐいきれず。といってボランティア活動に参加するほどの元気もない。

そこで再度パソコンに挑戦している。今である。因みにディスプレイ等机上に置くような優雅な部屋もないので、BASICをもて遊ぶ初歩的な代物で我慢している。

要するに古希のぼけ予防でござる。

◇ 服藤 茂喜

(玉川町)

第二の職場、NTTDOCOMOを退職して二年余りが過ぎました。

現在は、田舎で自然農法による野菜作りに取り組んでいます。昨年は、今話題のEM(有用微生物群)を使ってみたところ、EM3がトマトや茄子の生育に効果がありました。

その外、庭木の剪定も始めました。また、高校時代の友達との交流を深め、現在、一五名程で適宜会食や小旅行を楽し

んでいます。しかし、何はともあれ健康が第一。皆さん元気で頑張りましょう。

◇ 福留 康雄

(高知市)

退職後一二年。今は冬期間だけ局の暖房用ボイラーの運転をさせてもらっています。週末には日曜市を散策し、現役時代から行きつけの食堂で一杯。それと九人の孫達の成長が楽しみの日々です。しかしながら、昨今の政官財の悪党共には腹が立ちますのう。そう思いませんか・・・

この先何時まで元気で居られるか。この上は一度だけ思い切り自由を楽しんで、向こうからのお迎えを待つことにしよう。終わりにになりましたが、会員の皆様のご健康とご多幸をお祈りします。

◇ 藤本 伊勢治

(高松市)

早いもので退職してから一〇年になりました。退職後は、老化防止に役立てばと思って、ライフワークとして社会保険労務士業を始め、もう七年になります。この業務は医療、年金、雇用など、日常生活に関係の深いものを幅広く対象としており、相談業務等を通じての人々とのふれあいが、単調になりがちな生活に適度の緊張感をもたらしてくれそうです。これからも健康第一をモットーに、健やかに二一世紀を迎えたいと思っています。

◇ 丸田 幸雄

(松山市)

退職後数カ所に就職しましたが、昨年八月に退職し、現在に至っております。

昨年は母の死によって、過去を振り返り、将来を考える一年でした。

お蔭様にて健康には恵まれ、毎月二回のゴルフと、毎年春、秋二回の親友とのゴルフ旅行を楽しんでおります。昨年は一〇年目の記念として、新・旧の名門ゴルフ場、センチュリーと古賀の両ゴルフクラブで豪華な景観を楽しみながらプレーを満喫しました。

また、老後の趣味として、昨年から書道を始めております。皆様のご健康とご多幸をお祈りします。

◇ 水本 敏次

(大洲市)

平成一年、職を退いた時の感慨は、例えようもない解放感と安堵感に浸りながら、今後のプランに胸の膨らむのを実感したものです。でも、最近ではその実践も次第に先細りしております。

楽しみの一つだったゴルフは止め、当地区の諸先輩に混じってゲートボールに参加したり、釣り友達を得て、雑魚釣りに三崎半島先端まで足を運んでいます。昨年からは当地区の世話役の一員として、結構多忙ですが、楽しい日々を送っている昨今です。

◇ 宮崎 俊雄

(中村市)

帰郷して早一四年になります。在職期間の半分に迫って来ました。

退職後、テルウェルの駐在員を勤めた後、中村市漁協に勤めたのですが病を得て退職。同時に部落、お寺、地域団体等の役職を返上。現在は通院の日以外、無為に過ごしておりますが、天気の良い日

は菜園で野菜と遊んでいます。
 楽しみと言えば、幼い孫のあどけない
 言葉を電話で聞きながら、その成長に夢
 を託していることでしょうか。

◇ 矢井 邦夫 (長尾町)

退職して一〇年。幸い病氣もせず五〇
 アール余りの米作りをしながら、ビル管
 理会社の警備員として高松簡保事務セン
 ターへ六年半勤め、六五歳で退職。
 今は、最近多くなった市町村の下水道
 工事でNTT香川支店設備課の要請によ
 り、地下管路の横断接近掘削力所の立会
 等に協力しています。

また、現役時代お世話になったご恩返
 しに、自治会長や実年会役員等、地区の
 方々と共に、楽しく頑張っている今日こ
 の頃です。

◇ 八束 文雄 (松前町)

最後の職場を経て五年。お蔭様で健
 康に恵まれ、平成三年四月からは、NT
 T松山グランドの管理人をしています。
 休みには少しばかりの田んぼを耕作し
 ながら野菜作りに励んでいます。昔懐か
 しい方々のグランドの利用をお待ちしてお
 ります。また、今後は妻と二人で旅行
 を楽しみたいと思います。

◇ 山下 晋 (徳島市)

公社退職後一七年。共済会退職後一〇
 年。こうして振り返ると本当に夢のよう
 で、特に六五歳位からは四季の移り変わ
 りが極めて早く、少し時間が足りなくな
 ったような気がしております。

共済会退職後三カ月目に心筋梗塞に見
 舞われ、バイパス手術を受け、二カ月余
 り入院しました。

最近では野菜作りが出来るまでに回復
 し、地元の老人会にもお世話になり、会
 計係をしております。また、サークル活
 動では、グランドゴルフ(週三回)で楽
 しく過ごしております。

◇ 山本 光弘 (今治市)

退職して早一〇年。その間、自治会長
 やお寺の世話人等、一応地域への恩返し
 もし、今は俳画、俳句、習字等の趣味教
 室通いと、家庭菜園に精を出しています。
 果樹はいつのまにか桃、梨、林檎等々
 一四種三二本を数え、お陰で朝食のパン
 には四季折々の果物を賞味しています。
 考えてみますと妻も子も孫も皆元気で、
 欲を言えば年金が増額され、好きな旅行
 にもっと行きたいくらいで、先ずは幸せ
 な余生だと感謝しています。

◇ 吉見 栄子 (宿毛市)

近況お尋ね頂き、有り難うございます。
 退職して間もなく九年になるうとして
 います。この間に息子を亡くし、一人暮
 らしになりました。
 どうにか立ち直り、今ではドライブ、
 旅行、コースと様にならない楽しみに
 走っていますが、婦人会に加入して、時
 々、ボランティアにも出掛けています。
 健康に感謝しながら・・・懐かしい
 皆様方へ。どうぞお元気でよい旅を楽し
 んで下さい。

◇ 川田 邦彦 (高松市)

退職して日本メックスに入社。NTT
 高松病院の設備保守を担当して早六年。
 職場で先輩、後輩に接する機会が多く、
 それが楽しみの一つでしたが、今春で任
 期満了。一抹の寂しさを感じています。
 四〇年近く共働きの妻も去年退職し、
 今年からは、念願の夫婦旅行も実現しそ
 うです。健康保持のため、家族の一員の
 犬との散歩や庭いじりを日課とし、初孫
 の誕生を心待ちにしているこの頃です。

◇ 久岡 幸夫 (阿南市)

昭和六〇年に退職。春来たりまた春来
 たりて早一〇年余。比較的健康に恵まれ、
 昨秋までの約四年間、NTT・TEの仕
 事を手伝っておりました。

最近カメラなどいじっております。
 立派な作品には程遠いのですが、永続性
 を考えながら頑張っている昨今です。
 「望願日々是健生」、これは今は亡き
 友よりの一筆です。

◇ 土居 忠治郎 (野村町)

叙勲から早一年を迎えようとしていま
 す。七年十一月頃から老人病でしうか、
 体調を悪くして入院し、最近やっと退院
 しました。

現在は、山野を駆け回り、猪獺をして
 います。獺期も残すところ一〇日間程と
 なり、私達グループも後二頭程とりた
 いと、毎日山野に出かけております。私も
 山歩きをするので体調が良くなり、毎日
 を楽しんでおります。

年金情報

国民年金の話

一 はじめに

二回にわたり、厚生年金と共済年金の相違点についてお話をしてきましたが、今回は、退職共済年金や老齢厚生年金のベースになっている国民年金について、少し整理してみたいと思います。

二 被保険者の種類

日本国内に住んでいて、農業、自営業等を営んでいる人、学生等で勤めのない人、勤めていても共済年金、厚生年金等に加入していない人は、二〇歳から六〇歳になるまで、国民年金に加入しなければなりません。これら加入者を第一号被保険者といいます。

また、勤めていて共済年金、厚生年金等に加入している人は、第二号被保険者といい、この第二号被保険者に扶養されている配偶者（二〇歳以上六〇歳未満）を、第三号被保険者といいます。扶養の基準は、健康保険で被扶養者と認定された人となっています。

なお、第三号被保険者になるためには市町村役場に届け出て、年金手帳を受け取ることになっています。この届出をしていないため、その資格を失っている人は、特例として平成七年四月から平成九年三月までの間に届出をすれば、第三号被保険者としての資格が認められることになっています。

ここで注意する必要があるのは、第二号被保険者が六〇歳未満で退職すると、

国民年金に加入しなければならない第一号被保険者になるということと、六〇歳未満の配偶者も、第三号被保険者から第一号被保険者になるということです。

三 保険料

第一号被保険者が支払う保険料は、月額一万二千三〇〇円になっています。

なお、第二号被保険者と第三号被保険者の保険料は、第二号被保険者が加入している厚生年金や共済組合から基礎年金に必要な費用として、国民年金へまとめて拠出されますので、自らが納める必要はありません。

四 基礎年金

国民年金には老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金の三種の基礎年金があります。

この基礎年金は、全ての公的年金制度の基礎的部分（将来、退職共済年金額や老齢厚生年金額を算出する際の定額部分に置き変わることを示唆している）で、共済年金や厚生年金はこの基礎年金に上乗せして支給されます。

五 老齢基礎年金

老齢基礎年金は、昭和六一年四月一日に、六〇歳未満であった人（大正一五年四月二日以降に生まれた人）を対象にして支給されます。

なお、昭和六一年四月一日に六〇歳以上であった人と、昭和六一年四月一日に六〇歳未満であっても、既に退職共済年金や老齢厚生年金を受けていた人は、昭和六一年三月三十一日までの制度が適用されますので、老齢基礎年金という名前の年金を受けることはありません。

○ 老齢基礎年金の年金額
老齢基礎年金の額は、七万五千五〇〇円です。

これは、二〇歳から六〇歳になるまでの四〇年間に、国民年金の保険料を全て納めたときの額です。退職共済年金受給者に六五歳から支給される老齢基礎年金の額は、次式により計算します。

老齢基礎年金の額 $\parallel$ 七八五五〇円 $\times$ 保険料納付月数 $\div$ 加入可能月数

なお、保険料納付月数は、国民年金が発足した昭和三六年四月以降の入社時から退社時までの月数となり、加入可能月数は、昭和三六年四月一日から六〇歳になるまでの期間（生年月日に応じた加入年数 $\times$ 一二月）をいいます。

ここで注意する必要があるのは、退職共済年金や老齢厚生年金受給者が六五歳になって、老齢基礎年金を受けることになった場合、退職共済年金や老齢厚生年金額の定額部分からは、退社時の保険料納付月数で計算した老齢基礎年金の額に相当する部分が、差し引かれる（残りは経過的加算部分として支給されるので、合計した年金額には変わりがない）という点と、六〇歳未満で退職し、六〇歳になる誕生月の前月まで、保険料を支払っていた場合には、当然のことですが、保険料納付月数が増えた分だけは、社会保険庁から受け取る老齢基礎年金の額が増える（合計した年金額が若干増える）ということです。

なお、配偶者の保険料納付月数は、昭和六一年四月からの起算となりますので、昭和三六年四月以降に共済年金や厚生年

金に加入していた時期があったり、任意に国民年金に加入していた（その期間がプラスされる）場合はよいとして、六五歳まで延長して保険料を支払い、保険料納付月数を増やすことを考えた方がベターといえます。

○ 振替加算

退職共済年金や老齢厚生年金受給者の配偶者（昭和四一年四月一日以前に生まれた加給年金額の対象者）が六五歳になると、生年月日に応じて二万六千円から一万一〇〇円の振替加算が、配偶者の老齢基礎年金の年金額にプラスして支給されることになっています。

このため、退職共済年金や老齢厚生年金受給者の加給年金額は、その時点で支給されなくなりますが、ここで注意を要することは、計算方法は分かりませんが、振替加算分が加給年金額より若干少ないという現実です。

ただ、六〇歳を過ぎた配偶者が、老齢基礎年金の繰り上げ支給を希望したとしても、配偶者が六五歳になるまで、加給年金額が支給されなくなるといった心配はありません。

六 遺族基礎年金

前回の九三号で、遺族年金額②で話した部分になりますので、ここでは省略したいと思います。

七 障害基礎年金

障害基礎年金については、障害厚生年金と障害共済年金の相違点を、別途お話しする予定なので、その中で説明することにして、今回は省略したいと思います。

八 その他

配偶者が厚生年金に加入していた期間が二〇年に満たないときでも、国民年金の第三号被保険者の期間をプラスして二年以上になれば、六〇歳から厚生年金を受け取る資格が出来ますので、最寄りの社会保険事務所や年金相談サービスセンター等でご相談されるとベターです。

九 おわりに

年金額は、総務庁が調査した年平均の全国消費者物価指数を基にして、毎年四月に、その変動率に応じて自動的にスライドした年金額に改定される仕組みになっていますが、既に政府からは、前年に比べて〇・一％の下落を宣言されています。

このため、今年の年金額のベア（昨年は〇・七％アップ）は、残念ながら期待できません。

お知らせ

各県支部の総会開催日程

各県支部の総会は、次により開催されます。

- ・愛媛県支部 五月二一日（火）
愛媛県民文化会館 午前一〇時から
 - ・香川県支部 五月二八日（火）
玉藻公園内披露閣 午前一〇時から
 - ・徳島県支部 五月一〇日（金）
徳島厚生年金会館 午後二時から
 - ・高知県支部 五月一日（土）
N.T.T.プラザ高知 午後三時から
- 多数の方の出席をお待ちしております。

高齢者世話ホーム

松山エデンの園 現地見学会のお知らせ

松山ベテル病院・道後ベテルホーム

●お問い合わせ先

- 日時：第1回 4月15日(月) 午後1時～4時
第2回 5月20日(月) 午後1時～4時
第3回 6月17日(月) 午後1時～4時
- 定員：各回先着20名様（参加無料）
- 主催：社会福祉法人 聖隷福祉事業団
協力：松山ベテル病院・道後ベテルホーム
※必ず事前にお申し込み下さい。

- エデンの園東京事務所
フリーダイヤル 0120-374165
（月～金曜日 午前10時～午後4時）
- 高齢者世話ホーム 松山エデンの園
住所：松山市祝谷1248-6
電話：089-922-6656（代表）

健康のページ

中高年からの運動

N T T 松山病院
スポーツドクター

石戸谷

武



健康を維持するためには、運動の必要性は充分理解しておられると思いますが、青年、壮年時代の運動と同じ様にやってよいとは言え、そうではありません。

このためには、老年期に入る人の体の特性を知らなければなりません。即ち老化現象を理解しなければなりません。

老化が起り始めますと、体の各部の臓器の細胞の数は徐々に減り、細胞内の変化も起り、細胞を結びつけている結合組織も変化して参ります。即ち臓器の重量は減り、機能は低下し、弾力性が失われて来ます。

体の働きに注目しますと、①予備力が低下して来ます。同じ仕事・運動でも疲れ易くなり、最大努力によって出来る能力が小さくなります。外からの刺激に抵抗力が弱く、病気に對しても弱くなります。②反応が遅くなります。特に神経系の機能が低下するからです。体の中の変化を捕らえる感知器機能も落ち、また行動に移る時の反応も鈍るわけです。トッサの危険から身を躲らすことも鈍ります。体の血管の収縮・拡張反応も遅くなるので、血圧の変化も大きくなります。③機能の回復が遅くなります。身体の外、内の刺激で、体

が反応し変化を起こしますが、元の正常な状態に帰る時間が長くなります。つまり、悪い状態が長く続き、傷ついたところの臓器の回復にも時間がかります。④再生能力が低下します。一つひとつの細胞の機能が低下し、特に分裂増殖能力が落ちますので、損傷した組織や臓器が、元の正常なものに修復されるのが影響を受けることになります。

運動に関連した主な臓器の変化についてみると、①視力、聴力、平衡感覚は青年期の五〇%位まで落ちます。②筋力は上肢の筋力に比べて、下肢の筋力の低下が著しい(六〇〜七〇%になる)です。

従って、意識して下肢の筋肉を使う様に心掛け、よく歩くことが必要になります。③身体の動揺の度合いが若い時の二倍位大きくなり、バランス維持が大変になります。④関節の動く範囲が狭くなります。これは結合組織が硬くなり、弾力性が失われるからです。⑤呼吸機能は青年期に比べ三〇%も落ちます。⑥心臓の機能は、一分間の心拍数もゆっくりなるのが普通です。そして一回の心拍で、はき出される血液の量も減少して来ます。青年期には運動の強さがきつくなれば、心拍数も並行して増加して来ますが、老化が進んで来ますと心拍数の増加は並行せず、上がりにくい傾向にあります。これに對して一生懸命頑張ると、血圧ばかりが上がってきます。

以上の様に、中高年から老年期にかけての特性を連ねて書きますと、全て低下、悪化の方向で面白くありません。

しかし、このことは、運動もせず自分の体に見合わない食事の内容・量を摂っていたときのことでありまして、合理的な食事をして体に合った運動をすれば、この老化の年齢を

一〇歳以上も先延ばしすることが出来るので

す。そこで中高年から老年期に入ってから運動としては、①個々の健康、体力に合わせて出来る運動が必要になります。そのためには、先ず自分の体のメディカル・チェック(運動するための健康診断)が必要になります。②チームスポーツよりは個人的なスポーツがいいでしょう。チームスポーツは、どうしても他人に氣を使って頑張り過ぎ、無理することが多くなるからです。③全身を動かす運動がよいでしょう。局所に強い負荷(力)のかかるものは避ける方がよい。④大切なことです。怪我や事故の少ない運動であることが必要条件です。

以上のことを考えると、①腹筋、腰背筋、下肢筋の弱화를防ぐ意味で、体操(ヨガ、氣功、太極拳、日本舞踊)速足散歩、水泳(プールの中を歩くだけでもよい。肥った人に特に勧められる)、ジョギング(ゆっくりのもの)、ダンベル運動等があります。②身体の柔軟性をよくするためにストレッチングは是非必要で、これは又、普段あまり使わない筋肉のために、歩行(少なくとも三〇分連続。一日二回出来れば最高)、ジョギング、水泳、自転車等があります。④スポーツとしては軽スポーツ(テニス、ゴルフ、卓球、水泳、フォークダンス)がよいでしょう。

いずれの場合も無理をせず、勝敗にこだわらず、楽しく体全体を動かす様に心掛けることが大切です。



サークルだより

新春謡曲大会

平成八年一月二十七日、彭謡会
 ロン「おびやまち」で、第十二回素謡会
 を開催いたしました。

演目は

熊野 楊貴妃
 邯鄲 鞍馬天狗
 鉢木

会員それぞれが役につき、日頃の練習の
 成果を披露して、聴衆（衝立てを隔てて
 碁を打っている囲碁愛好者、嫌でも聞こ
 える）からやんやの喝采を博しました。
 彭謡会は、謡曲愛好者のグループで、
 既にその道を極めている方も居ますが、
 初心者も、毎月、第二・第四の土曜日、
 OBサロン「おびやまち」に集まり、筒
 井利喜先生のご指導で練習に励んでおり
 ます。

なかには、練習の後の一杯を楽しみに
 出てくる不心得な者もありますが、そこ
 はそれ、サークル活動のこと、破門され
 る事もなく、また、上手は上手なりに、
 下手は下手なりに、より向上を目指して
 頑張っております。

謡曲の効果として、
 一、声を出す事によりストレスが解消さ
 れ、健康増進に役立つ。
 二、古典芸能の一端に触れることが出来
 る。

三、歴史物語が楽しめる。

なによりも、昔の仲間と楽しい一時が
 過ごせることではないでしょうか？
 皆さんも謡をやってみませんか？
 夢は、大きく持てと申しますが、何時
 か、県立美術館の能舞台に立つことを夢
 見て今後も練習に励みます。

（楠瀬 邦夫）



高齢者叙勲
 勲五等瑞宝章

工藤

善武様（徳島市）

物故者叙位叙勲

勲六等瑞宝章
 正七位勲六等瑞宝章
 正七位勲六等瑞宝章
 正七位勲六等瑞宝章
 正七位勲六等瑞宝章
 従六位勲五等瑞宝章

竹下 孝様
 川井 一義様
 三木 修太郎様
 三宮 敏助様
 中矢 孝明様

本棚

「忘れ得ぬ人々」

岡村 純雄著

著者の人格形成の一端を覗くことので
 きる興味深い書物である。赤裸々に過去
 を告白する勇氣に、先ず敬意を表したい。
 幼時の満州での敗戦。父なき後の母を
 助けての逆境生活。更に長じて友人との
 数多い出会いなど、全てが今日の著者の
 心の杖となっているようだ。

生命にかかわる大手術の経過を、冷静
 な眼で克明に記しているのが圧巻だが、
 幸いに一命を取り留めた記念の自費出版
 だけに、一読の価値がある。

（穴吹編集委員長 記）

「半生の記」 高知電電退職者の会編
 「私達の小さな歴史」なるサブタイト
 ルのついた書物だけに、三〇名のOBが
 寄稿。内八名による従軍体験談と、二〇
 余名の電信電話事業での生々しい体験の
 コマが綴られている。

執筆者の年齢構成を見ると、明治生ま
 れ一名、大正一桁七名、同二桁八名、昭
 和一桁一二名、同二桁二名などとなって
 いて、層の幅が広く、こぼれ話が興味を
 ひく。

高知在住のOBの体験談だが、広く活
 躍された人士の告白だけに、懐かしい出
 来事に出くわして、一読後様々な思い出
 が脳裏に去来する。

（穴吹編集委員長 記）

俳句

眉秋俳句会(徳島)

薄水の池底に鯉動かざり 青山 清澄

薄水をつつく雀や青寛 岡 まり子

薄水や天水桶の残る町 角 野 清剛

寒風に泳ぐ連だこ遠のいて 中 島 かず子

燈籠の屋根に残りし春の雪 原 雅 峰

海峡の風を逆手に若布干す 日 開 桃 花

畦を焼く農夫に炎の影揺らぐ 森 光 葉

色一つ鎮守の森の寒椿 安 渕 句 青

遠山に暮色深まる野焼かな 山 田 吾 平

白梅やしんかんとして尼の寺 山 田 まさよ

繕いに広げさがせし古毛糸 湯 村 二条子

日がさして淡き色浮く寒椿 和 田 とも子

万象の声呼びさまし野火放つ 長 島 正 雄

(平成七年十二月、八年二月の句会より)

春の寺慈母観音を秘仏とす 来 嶋 幸 雄

テルウェル四国支部では、次の番号により、訃報等をお知らせしています。
〇一二〇—四七—二九四一

敬 弔

次の方々が逝去されました。謹んで哀悼の意を表し、ご冥福をお祈り致します。

氏 名	死亡年月日	享年	地 区
川江 茂様	6・8・15	85	高 知
小山末良様	7・12・10	84	〃
安藤 保様	7・12・13	78	〃
木村長利様	7・12・15	86	八 幡 浜
河野重寿様	7・12・15	75	高 知
中矢孝明様	7・12・18	71	松 山
名角 與様	7・12・19	86	三 本 松
上田秀城様	7・12・27	79	須 崎
関 貞夫様	8・1・4	78	高 瀬
水野清廣様	8・1・16	75	宇 和 島
村上政昭様	8・2・1	82	土 庄
工藤孝道様	8・2・5	70	徳 島
上甲和夫様	8・2・10	90	松 山
森重 淳様	8・2・24	69	〃
北村重広様	8・2・27	86	南 国
亀井正美様	8・2・29	66	高 松
横田一男様	8・3・4	73	善 通 寺
工藤 善武	8・3・17	89	徳 島

表紙の言葉

卯の春 莊野 丹秀(内海町)
春は何処からとなく訪れる。そして生あるものの温かさを感じさせてくれる。花も鳥も草木にも生あるものに。

編集後記

・一月二十四日、「人生さまざま」でお馴染みの穴吹、芳野、鹿庭、安芸、楠瀬の各氏にお集まり頂き、第四回編集委員会を開催しました。来年一〇月の本誌一〇〇号発行に向けて頑張っていますので、ご期待下さい。

・政府の公的年金一元化の動きは、既に破綻しているJR共済とJT共済にNTT共済を巻き込んで、三共済の厚生年金への統合という形で決着をみようとしています。年金情報については、出来るだけ詳しくお知らせしたいと思います。(愛原)

原稿募集

一 近況短信(二百字程度)
二 短歌、俳句、川柳
三 サークルの活動状況等(写真可)
切は五月末日です。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 第九四号
平成八年四月一日
編集発行 電友会四国地方本部
松山市一番町四ノ三
電話(〇八九六)二二三
NTT四国支社内
NTT四国電話帳株式会社

印刷 NTT四国電話帳株式会社

だったらいいな。が実現しちゃう。
NTTのデジタル回線、ISDN。

インターネット、
もっとすいすい
楽しめたらいいな。

パソコン通信を
している最中でも、
電話が使えたらいいな。

家にいながら、
仕事のやりとりが
できたらいいな。

お安くなってきました

- ・DSUやTAなど通信機器がドンドンお安くなってきました。
- ・電話回線からINSネット64への変更も簡単です。
- ・通信料金は電話と同じ市内3分10円。
- ・電話2回線分使えて、月額基本料はおトクです。

2回線分使えます

- ・1回線で2チャンネルとれるので、パソコン通信と同時に、FAXや電話が使えます。
- ・電話だけの2回線分としてもご利用いただけます。

高速高品質です

- ・パソコン通信やインターネットもスイスイ(64kbit/sの高速なデジタル公衆回線です)
- ・2チャンネル合わせて128kbit/sで使えば、DTC(パソコンテレビ会議)も実現します。

お申し込みはカンタン。

お申し込みいただいてから、1週間から10日間程度でご利用いただけます。

今日からできるマルチメディア—Now-ISDN。 **INSネット64**

INSネット64の
お問い合わせは



0120-494933

受付時間/午前9時—午後5時(月曜—金曜)
土曜・日曜・祝日は休業とさせていただきます。