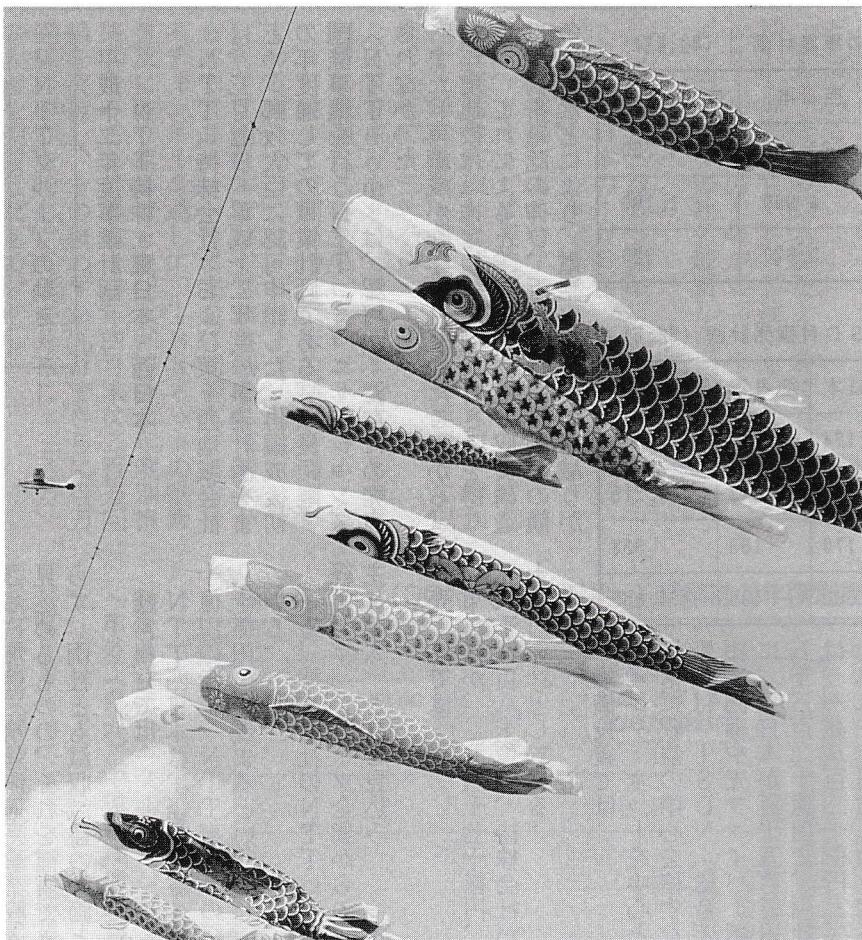


四国愛友会会報

第 1 1 0 号

平成 12 年 4 月



目 次

NTTグループの動き	2
平成十二年度事業計画	2
NTT持株・東日本・西日本	2
NTT-MEグループが誕生	2
全国の「TE」八社が社名を「ME」に改称 ついに「三百万」突破	2
西日本のINSネットサービス契約	3
NTTコミュニケーションズ	3
「市外(県外)中遠距離通話料」値下げ	3
お知らせ	4
支部総会のご案内	4
平成十一年度事務局長会議を開催	4
第八回編集委員会を開催	4
平成十一年度第二回理事会を開催	4
支部だより(愛媛)	4
第三回マルチメディア教室開催	5
介護サービス費用の仕組みと利用の目安	7
健康のページ「OBよろず健康相談コーナー」開設	8
人生さまざま・後半生を生きる	9
私は今	12
テルウエルだより	12
愛松園が「介護福祉の拠点」に(愛媛)	12
第一回ホームヘルパー二級養成研修終了(香川)	12
春を迎える俳句大会(徳島)	13
鯉に夢のせ二万キロ(高知)	14
サークルだより(OB茶道部なごみ会)	14
M・M(マルチメディア)コーナー	15
俳句・川柳	15
敬弔・物故者叙位叙勲	15
表紙の言葉	15
編集後記	15

NTTグループの動き

平成十二年事業計画

NTT持株・東日本・西日本

NTT(持株会社)および東・西地域会社は、三月七日、平成十二年の事業計画をまとめ、郵政大臣に認可申請した。再編成後の年度通しての事業計画である。(長距離・国際事業を行うNTTコミュニケーションズ<NTTcom>)は、認可が不要なため発表されなかった)

また、再編成が昨年七月だったことから、前年度比較は「推定値」で判断せざるを得ないが、これによると、東・西会社の収支構造は、携帯電話の伸び、近・中距離区間での競争激化などにより、電話事業収入の目減りが

平成12年度の事業計画 (単位:億円)

区分	東日本	西日本	持株会社
売上高	28,070	26,780	4,720
経常損益	180	▲990	1,190
建設投資	5,500	5,320	520

12年度の電話・ISDN販売計画 (単位:万)

区分	東日本	西日本	合計	
電 話	販売数	▲174	▲173	▲347
	12年度末施設数	2,577	2,642	5,219
IS	販売数	170	163	333
	12年度末施設数	560	495	1,055

さらに加速、情報流通系事業収入の大躍進が見込めるものの、それを補填できるまでに至らず、両社とも減収減益の計画となっている。

経常損益では

NTT西日本は、経常損益ベースで九百九十億円の赤字、NTT東日本の経常黒字も百八十億円にとどまるという厳しい計画となっている。

一方、持株会社のNTTは千九百九十億円の経常黒字(グループ企業からの研究開発費が主な収入)となる見込み。

売上高では

東日本が、二兆八千七十億円、西日本が二兆六千七百八十億円、持株会社が四千七百二十億円を計上している。

設備投資では

インターネットを中心とするデータ通信に収益の中心を移すため、設備投資額は、ISDN(総合デジタル通信網)回線やファイバー網の敷設などに、東日本が五千五百億円、西日本が五千三百二十億円で、両社の投資総額は、一兆八百二十億円と、十一年度に比べ二千億円強(約十六%)を圧縮し、効率重視の計画となっている。

サービス工程では

十二年度末の一般固定電話の加入台数は、東日本が十一年度末(見込)に比べ百七十四万台少ない二千五百七十七万台に、西日本が、百七十三万台少ない二千六百四十二万台に落ち込み、

東西あわせ低減数は計三百四十七万台で、十二年度末の施設数は、五千二百二十九回線と「五千万割れ」が迫っている。

一方、ISDN回線は、東日本が十一年度末(見込)に比べ百七十万回線の増、西日本が百六十三万回線の増、東西あわせて、三百三十三万回線を計画し、過去最大の架設増。「電話の凋落をISDNが懸命に補充する」という図式のサービス計画となっている。

なお、この事業計画には、東西二社が内外の通信会社から徴収している「NTT接続料」の値下げというマイナス要素を折り込んでいないため、それに関する日米交渉の結果次第では、両社の業績は、さらに厳しいものとなるおそれがある。

「NTT-MEグループ」が誕生

全国の「TE」八社

社名を「ME」に改称

NTTグループの全国の地域TE会社八社は、三月一日付で、社名を「NTT-TE」から「NTT-ME」に変更、首都圏・信越圏を担当するNTT-MEとともに計九社で「MEグループ」を結成した。

資本関係には変化なく各社とも従来どおり自主経営を行うが、これを機に、相互のノウハウ等を交流するなど「連邦体制」を強化する。九社の社員数は約五万人、売上高(十一年度計画ベース)は七千七百億円となる。

「TE会社」から「ME会社」への社名変更は、取扱事業の実態が、NTTの受託事業を中心とする「テレコムエンジニアリング(TE)」から「マルチメディアエンジニアリング(ME)」へ変化しているからだ。

すでに東京・関東・信越のTTE会社は、昨年四月にその先鞭をつけ「NTT-IME」として発足していた。
グループのコンセプトは「ME（私に）おまかせ下さい」「マルチメディアに私（ME）がご案内します」と、「全国がサービスエリア、五万人のプロ集団」で、全国をカバーするブランド力を活かしたサービス提供、販売展開により、一層の市場開拓を進めることとしている。

また、今回の社名変更と同時に、全国の「NTT-ITEサービス会社」も「NTT-ITEサービス四国」等から「NTT-IMEサービス四国」等に社名変更した。

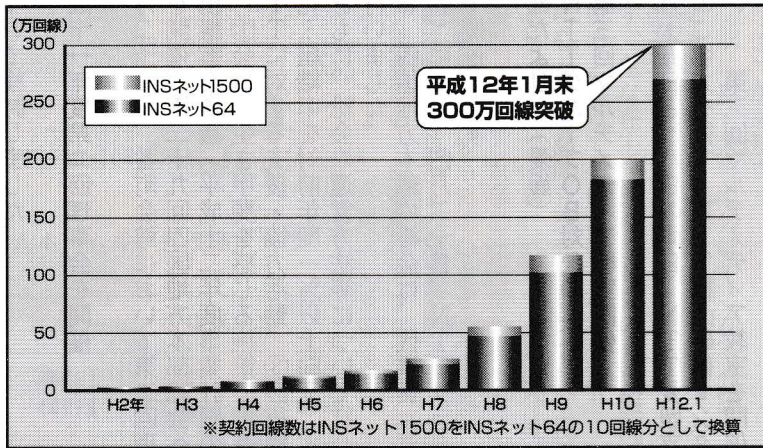
ついに「三百万」突破
西日本のINSネットサービス契約

NTT西日本エリア（静岡県以西）のINSネットサービス契約回線数が、一月末で三百万回線を突破した。このサービスは、昭和六十三年に大阪・名古屋・東京で開始して以来、今年で十二年を迎える。

INSネットサービスは、インターネット利用に最適なことから、インターネット・ブームに乗って、開びやく以来の活況をづづけている。

NTT西日本では、営業体制を「電話」から「INSネット」に完全に切替え、あらゆるチャンネルを通して、INSネットの拡販普及に取り組んできた。「回線数の年度別推移」をみると、平成十一年四月末に二百万回線を突破し、その後わずか九月でさらに百万回線の伸びを示し、今年一月末に「三百万」の大台を突破した。

西日本エリア（30府県）のINSネット回線数の年度別推移



NTT西日本では、二月中旬から「新生活i・アイキャンペーン」と称するINSネット回線を軸にした春の拡販大キャンペーンを展開、第4・四半期の三カ月間で、三十五万（四十万回線の販売を計画しており、キャンペーンの成果集計に期待を寄せている。

NTTコミュニケーションズ
「市外（県外）中遠距離通話料」値下げ

NTTコミュニケーションズは、都道府県にまたがる県間の市外通話料のうち、中遠距離（三十キロ〜百キロ超）の昼間、夜間、深夜料金を最大三十三%、平均十九%値下げし、四月三日から実施する。

この距離区間は、これまでNCC各社と比べ十円（三分間）程度割高だったが、この格差を解消、同水準とし、新設割引サービスとの「合わせ技」で目減りの激しい中遠距離市場の確保・奪回を図ろうと言うもの。

中遠距離通話料値下げ額（3分間）（円）

区分	中遠距離通話料値下げ額（3分間）（円）		
	昼間 8～19時	夜間 19～23時	深夜 23～8時
30km超～60km	50 → 40	50 → 40	(30)
～100km	80 → 70	60 → 40	(40)
100km超	(90)	80 → 70	60 → 50

（注）30kmまでは変更なし・太線内が今回の値下げ
値下げによる減収額は年間五百億円に達するが、弾性値（値下げ）による利用増が見込まれることから、シェアの流出に歯止めがかかると期待している。

（4ページ下段から）

めて取り組んだ二日間、マルチメディアへの「いい日旅立ち」となったでしょう。

◎ 愛媛電友会では、これからパソコンを勉強したいという方のため「マルチメディア勉強室」を毎週定期的に開くとともに、希望者には、パソコンを貸出し、勉強の手助けをしています。お気軽にご利用下さい。

連絡先 ☎ 〇八九一九三六二〇二三

お知らせ

支部総会のご案内

各県支部の総会は、次により開催します。多数ご出席くださるようご案内します。

- ・愛媛県支部 五月二十五日(木) 愛媛県県民文化会館 午前十時から
- ・香川県支部 五月二十五日(木) 玉藻公園内披雲閣 午前十時から
- ・徳島県支部 五月十七日(水) 徳島厚生年金会館 午後二時から
- ・高知県支部 五月十三日(土) NTTプラザ高知 午後三時から

平成十一年度事務局長会議を開催

二月八日、NTTプラザ松山において、事務局長会議を開催。各県支部から、村尾(愛媛)、秋山(香川)、若江(徳島)、武田(高知)事務局長が、地方本部から、西本本部長、安部副本部長、芳野理事、松本事務局長が出席、①組織強化策 ②マルチメディア施策の推進 ③平成十二年度事業計画 ④電友会推奨の団体保険への取組等について意見交換を行いました。

第八回編集委員会を開催

三月二十一日、NTTプラザ松山において第八回編集委員会を開催し、芳野(愛媛)、資延(香川)、若江(徳島)、窪田(高知)の各編集委員、西本本部長、松本及び村尾事

務局長が出席し、平成十二年度の会報発行計画(①NTTグループ会社の紹介 ②支部日より、健康のページの充実 ③マルチメディアコーナーの新設等)について意見交換を行ない、活力ある明るい誌面をお届けすること等について検討しました。

平成十一年度第二回理事会を開催

三月二十八日、番町会館において第二回理事会を開催。第二十九回四国地方本部総会への提出議案を審議(平成十二年度事業計画の柱は、①会員が生き甲斐を感じる施策の推進 ②NTTに対する支援・協力活動、③会組織の強化：組織率を対前年度一%以上向上)するとともに、総会の運営方法等について打合せを行いました。

なお、四国地方本部の総会は、代議員(五十三名)により、四月二十日、NTTプラザ松山で開催します。

支部だより (愛媛)

NTTグループOB対象の

第三回マルチメディア教室開催

二月十五日と十八日の両日、NTT愛媛支店様のご協力を得て、NTT松山研修センターにおいて、第三回マルチメディア教室を開催しました。

インターネット・ブームもあってか、定員(三十名)の二倍を超える応募があり、先着四十名の方がマルチメディアに挑戦しました。(次回となった方には、別途ご案内をします)

八十歳を超えた方(二名)や御夫婦での参

加(二組)等々、意欲満々のOBが、パソコンの基本操作からインターネット体験、証券会社のホームトレッド(時々刻々に変わる株価の掌握とパソコンによる株式売買)等に汗を流しました。



パソコンは初めてと言う方も多く、肩凝りを嘆き、苦戦をしていましたが、NTT現役の分かりやすい指導と電友会会員の好アシストにより、受講生相互でメール交換が成功した時は、思わず歓声があがり、研修の成果を喜びあっていました。

「外国に住む友人と、あるいは孫とのメール交換に」「株取引に活用を」等々の思いを込め(3ページ下段へ続く)

主な在宅介護サービスの介護報酬基準額(円)

① 訪問介護サービス (ホームヘルプサービス)

利用時間	サービスの内容		
	身体介護	家事援助	複合型
30分未満	2,100	—	—
30分以上1時間未満	4,020	1,530	2,780
1時間以上1時間30分未満	5,840	2,220	4,030
1時間30分以上30分ごとに	2,190	830	1,510

※ 早朝(午前6~8時) 夜間(午後6~10時)は25%、深夜(午後10~午前6時)は50%加算

② 訪問入浴介護(1回当たり) 12,500

③ 訪問看護(看護婦などの訪問)

利用時間	医療機関から	訪問看護ステーションから
	30分未満	3,430
30分以上1時間未満	5,500	8,300
1時間以上1時間30分未満	8,450	11,980

※ 早朝(午前6~8時) 夜間(午後6~10時)は25%、深夜(午後10~午前6時)は50%加算

④ 特別養護老人ホーム等が行う通所介護(デイサービス)

要介護度	サービスの提供時間		
	3時間以上 4時間未満	4時間以上 6時間未満	6時間以上 8時間未満
要支援	2,800	4,000	5,600
要介護度 1~2	3,310	4,730	6,620
要介護度 3~5	4,620	6,600	9,240

※ 食事(390円) 入浴(390~600円) 送迎(片道440円)を加算

⑤ 特別養護老人ホーム⑥ 介護サービス計画への短期入所(ショートステイ) 介護サービス計画(ケアプラン)費

要介護度	1日当たり報酬額
要支援	9,140
要介護度 1	9,420
要介護度 2	9,870
要介護度 3	10,310
要介護度 4	10,760
要介護度 5	11,200

要介護度	報酬額
要支援	6,500
要介護 1~2	7,200
要介護 3~5	8,400

※ 1割の自己負担なし

介護サービスの費用の仕組みと利用の目安(介護保険)

介護保険については、スタート直前までいろいろと紆余曲折がありました。この程、やっと制度の全容が確定し、この四月一日から全国一斉に実施され、保険料についても各市町村毎に決定しました。前号・前々号では、介護保険制度の仕組み、保険料の算定方法、利用限度額(その時点での試算額)、サービスメニューなどの概略について紹介してきました。今回は、介護保険で介護サービスを受けると、どのくらいの費用がかかるのか。正確な計算は専門家に頼むとしても、あらまは知っておく必要があることから「介護サービスの

費用の仕組みと利用する際の「一応の目安」について、具体的に金額を示し紹介します。主な介護報酬基準(点数)があるように、介護保険にも国が定めた介護報酬基準(円単位)があります。具体的には、大きく分けて、在宅介護サービスの介護報酬基準と施設介護サービスの介護報酬基準が定められています。まず、主な在宅介護サービスの介護報酬額は左表のとおりで、例えば、在宅介護サービスの中心となる訪問介護サービスでは、提供されるサービスの内容に応じて、身体介護、家事援助、身体と家事の複合型の三つの区分で介護報酬が定められています。①表参照 これを利用者負担との関連でみると、利用者は介護費用の1割を負担しますので、例え

在宅介護サービスの支給限度額 在宅介護サービスには、要介護度別に1ヵ月当たりの利用できるサービス費用の上限が決められています。⑦表参照 但し、ショートステイは別枠です。支給限度額内なら、自己負担は、実際にかかった費用の1割だけで済みますが、支給限度を超えて利用した場合には、その超過分は全額自己負担となりますので、要注意です。従って、ケアプラン(介護サービス計画)を作る際に、支給限度内かどうか確認してお

ば、一時間以上一時間三十分未満の利用時間には、それぞれ五八四円、二二二円、四〇三円を支払うこととなります。①表参照 また、デイサービスについては、要介護度と利用時間に応じて報酬額が決まっております。④表参照

⑦ 在宅介護サービスの支給限度額

要介護度	訪問・通所サービス(月)	短期入所サービス
要支援	61,500	7日/6か月
要介護 1	165,800	14日/6か月
要介護 2	194,800	同上
要介護 3	267,500	21日/6か月
要介護 4	306,000	同上
要介護 5	358,300	42日/6か月

※ このうちの1割を利用者が支払います

⑧ Aさんが希望するサービスと費用の目安

サービスの種類	時 間	回数	月当たりの費用
訪問介護 (家事援助)	2時間~2時間半	月12回	3,880 × 12 = 46,560
訪問看護(ステーション)	30分~1時間未満	月 8回	8,300 × 8 = 66,400
ディサービス (特養)	6時間~8時間未満	月 4回	8,280 × 4 = 33,120
合 計			146,080 (うち自己負担は 14,608)

※ ディサービスには、食事(390円) 入浴(390円) 送迎(880円)加算

⑨ 主な施設介護サービスの介護報酬基準額 (1日 当たり)

要介護度	特別 養護 老人ホーム	老 人 保険施設	療 養 型 病 床 群
要介護 1	7,960	8,800	11,260
要介護 2	8,410	9,300	11,700
要介護 3	8,850	9,800	12,130
要介護 4	9,300	10,300	12,560
要介護 5	9,740	10,800	12,990

※ 食費 1日 2,120円を加算

⑩ 施設介護サービスの
平均利用額と自己負担額 (月額)

区 分	平均要介護度	平均利用額	自己負担額
特別養護老人ホーム	3.23	33.1万円	5.0 万円
老人保健施設	2.85	35.4	5.3
療養型病床群	3.64	44.2	6.1

※ 平均利用額・自己負担額は食事代を含む
自己負担の食事代は一般で1日760円

く必要があります。

【具体例】
Aさんは、要介護認定の結果「要介護1」希望する在宅介護サービスは、毎月家事援助のホームヘルパー(訪問介護)を十二回、訪問看護八回、ディサービス(日帰り介護)四回の場合。
国の介護報酬基準をもとに費用を計算すると⑧表のとおりとなり、支給限度額内に納まっています。

(と自己負担額の概略を⑩表のとおりまとめましたので参考にして下さい。
なお、施設介護サービスには、上限額(支給限度額)は設定されておりません。

高額介護サービスの支給
医療保険の高額医療費と同じように、介護保険でも、自己負担を抑えるために、さまざまな仕組みが用意されています。
まず各自が支払う「一割の自己負担額」に次のとおり上限が設けられており、その上限を超えた分は「高額介護サービス費」として事後、申請により市町村から上限を超えた分が支給される仕組みになっています。

なお、「一割の自己負担額」には、食費負担分や支給限度額超過分は含まれませんので念の

この他にも、経過措置として、低所得者向けの自己負担の軽減策(一〇%が三%)があります。詳しくは、市町村に相談して下さい。

- ・ 一割の自己負担上限額
- ・ 一般(低所得者など以外)
 - 月額 三七、二〇〇円
- ・ 市町村民税世帯非課税者
 - 月額 二四、六〇〇円
- ・ 生活保護受給世帯など
 - 月額 一五、〇〇〇円



健康のページ

「OBよろず健康相談コーナー」開設のお知らせ

NTT西日本松山病院

会員の皆様におかれましては、ますますご清祥のこととご推察申し上げます。当院の運営につきましては、日頃よりひとかたならぬお世話になり紙面をお借りしてお礼申し上げます。

さて、いよいよこの四月から介護保険制度がスタートしました。基本的には、病気と介護をわけて考えようというのですが、この両者は入り混じっておりますので、いささか困惑されておられる方もいらっしゃるかと存じます。

そこで、当院では、OBの皆様に適正な医療ないし介護を受けていただきますようにとの趣旨で、本年四月より「OBよろず健康相談コーナー」を設けることといたしました。当面は、毎週火曜日の午後、原則的には、お電話による予約制で、ご相談にあずかりたいと存じます。

病気のこと介護のこと何でも結構です。他医療施設へのご紹介も含め、できる限りのことをさせていたただく所存でありますので、ご遠慮なくご連絡下さい。

予約連絡先は

NTT西日本松山病院ドック室

電話：〇八九（九三六）二四九九

FAX：〇八九（九三六）二五〇一

予約受付時間：十三時〜十七時

なお、ご相談は無料ですが、当日検査などが必要な場合もございます。その折りは健康保険扱いとなりますので、健康保険証、場合によっては、老人健康保険証をご持参願ければ、より迅速な対応が可能となります。当院と致しましては、皆様のご意見を承わりながら、このコーナーを大切に育ててまいり所存であります。健康で、病院とは縁なき生活が一番ですが、日々の健康管理をお考えいただきまして、ご利用を賜れば幸いです。

以上、会員の皆様のご健勝とましますのご発展を、社員一同、お祈り申し上げますといたします。

（11ページ下段から）

◇ 宮川 多喜恵 (西条市)

退職して早十四年の月日が流れました。その間二度の大病を致しました。今は静かに平穏な日々を送って居ります。

趣味も全部止めて、今は茶の湯のみ毎月の月次釜に行くのが唯一の楽しみで。

また、旧友と日帰りのドライブや昼食会に呼んでいただきこの上なき幸せを感じて居ります。昨夏は四国八十八ヶ所参りを思い立ち、後十ヶ寺程で本年中には結願したいと願って居ります。

皆様もどうかお元気で過ごして下さい。

◇ 吉井 啓郎 (松山市)

コマージュの「まずい、もう一杯」の青汁の素の「ケール」を栽培し愛飲して十年近くなる。

栄養素が抜群の野菜で年中栽培出来る利点

もあり、長年愛飲していると身体が弱アルカリになった為が、少々飲酒しても中和する。二日酔いにならぬ気がする。

これから春めいてくると蝶が青虫を生みつけに来る。朝夕駆除することが日課になる。毎日平々凡々の日を元気に送っています。道後と奥道後の中間位に住んでいるので寄って下さい。

◇ 吉村 きみ子 (高知市)

電友会の皆様お世話になっております。退職して早十七年となりました。民生委員が十三年、後二年で定年の予定ですが元気で続けたいと思います。

老人文化教室では、和紙人形の講師をさせてもらっています。見本作りや色柄選びに神経を使います。主人が逝って七年も過ぎると一人暮らしの気楽さもあって、地域福祉や趣味にと多忙ですが楽しく暮らしております。

朝はラジオ体操場行きと散歩です。皆様方のご健康とご多幸をお祈りします。

▽紙面の都合上、次の方は次号とさせて頂きました。原稿をお寄せ下さいました皆様に、厚くお礼申し上げます。

- 井門 安重 北岡 繁市 清水 勲
- 竹葉 久 谷岡 秀男 谷村 宣行
- 西田 滝夫 松浦 英喜 松岡 政壽
- 松末 盛夫 水野 富雄 三谷 春子
- 百田 彰克 矢野 順子 山下 道雄
- 渡部 勲



ドキュメント

人生さまざま・後半生を生きる

シャル・ウィ・パソコン

NTT・OBで組織する「社交ダンス愛好会」というサークルがある。

本誌でも紹介されたことがあるので、知る人ぞ知るであろう。五藤哲雄さんが先生格で、三十数名のメンバーが毎週土曜日に、NTT西日本愛媛支店の付属棟でステップを踏み、青春を楽しんでいるとのこと。

ここまで書くと、ダンスの取材かと早合点されるかも知れないが、そうではない。同じカタカナ文字の「パソコン」を、ダンス愛好者達が誘い合わせて学習しているという話である。

趣味のなかに「パソコン」を挙げるOBはあちこちにお見受けする。自宅で終日パソコンと鼻を突き合わせて、結構退屈しないではないが、その人達がお互いに集まって語り合っているという話は、寡聞にして耳にしたことがない。別に集まって語り合わなくても、インターネットを通せば話題に事欠くことはない。こんな話になりかねない。

話を戻して、五藤さんの「ダンスも一緒に、そしてパソコンもどうぞ」という誘いに耳を傾けてみたい。

五藤さんは、ダンス・サークルのメンバーに働きかけて有志を募り、毎週水曜日に「パソコンを楽しむ集い」を開催している。その集いの現場を拝見させていただくこととした。男性二名・女性三名がメンバーの家に集ま

って、ステップにあらざるパソコンに向かっているのではない。しかも参加者は「ダンスも楽しいが、パソコンも結構面白い」と目を輝かせて語る人達ばかりで、多少面食らう思いがした。

五藤さんのパソコン歴は、ダンスと同じで、NTT在職中に知り合った新聞記者の誘いに乗って始めたもので、自分の体験を活かしてダンスだけでなく、パソコンも楽しんでもらいたいと思いついたそうである。

まず手始めに、パソコンに慣れ親しんでもらうことが大切と「家計簿の作り方」「日常文の作成」など、身近かにパソコンを使って役立つテーマを選んで取り組んできている。

メンバーは、リーダーの説明なり操作なりを「ハイハイ」と見聞きしているだけでは勿論ない。熱心にメモっている。自宅で操作中に疑問に思ったことを、てきばきと質問する。

ダンスで培われた信頼感・親睦感がそのまま引き継がれた雰囲気、師弟の垣根はきわめて低くなっている。物怖じしたり、恥ずかしがりたりしていたのでは、ダンスもパソコンを上達しないと割り切られているかのようだ。それにしても「水曜日はパソコン、土曜日はダンス」と週二回顔合わせにせよと通う人達の情熱には、ただ脱帽するのみ。

このグループの人達の今後の課題は「パソコン愛好者」の輪を広げて行くことだが、そのためには、集う場所とパソコン設備の充実が不可欠であると痛感した次第。

ところで、毎週水曜日といえば、愛媛電友会事務局でも、これまで足掛け三年間に亘り、パソコンに詳しいOBに依頼して、会員のパソコン指導・相談に当たってきている。そのボランティアOBの一人に山岡郁夫さ

んがいます。山岡さんは、NTT時代からコンピュータ関係業務に従事してきただけあってこの人の右に出る者はないと目されるほどパソコンに詳しい。

パソコンの機能から操作まで、知らないことはないと思われる知悉振りである。仮にあやふやな問題に直面すると、とことんまで解明して止まない真摯さがある。「パソコンで分からないことは、山岡さんに聞け」とOB仲間では言っているようだ？

本人は多くを語らないが、筆者の体験で、そう受け取れた節がある。単車を走らせてパソコン一九番の役割を気軽く買って出たにだけいた覚えがある。また、山岡さんに付き添ってもらって、手頃なパソコンを購入した人も多いのではなからうか。

遅ればせながら、山岡さんのコンピュータ歴の一端をご披露しておく。まず、NTT在職中には、社内システム・一般公衆システムの構築を行い、NTT退職後は、テルウェル四国の警備担当者の勤務票とか被服管理のシステム化、さらには、電友会では四国管内全会員のデータベース化を果している。

そしてこれらのシステムは、そのいづれも今も脈々と重宝に運用されており、山岡さんの貢献度は計り知れないものがある。

このような人達の地道な努力で、OBのインターネットの芽が、あちこちで育ちつつあることは、誠に心強い限りだ。

五藤哲雄さん・山岡郁夫さんのような人達がお互いに連携プレイを図りながら、OBのインターネット組織の構築に手腕を発揮されることを祈願して止まない。

(穴吹編集委員長 記)

私は今

◇ 今村 裕枝 (高松市)

昭和六十二年香川支社を退職。在職中から念願であった日本女子大学通信教育課程に入學し、主婦兼学生、二足の草鞋で八年間を要し卒業しました。学問的な知識のほか、今後の人生の指標・理念を得られたことは大きな収穫であり、掛け替えない宝物になりました。

いま、高松市表彰審議会、たかまつ女性会議など地域活動に参画していますが、新世紀を迎え、心新たに「隅の首石になれれば」と願っている昨今です。

◇ 岡林 利枝 (高知市)

退職後に心身の健康法として始めた、早朝のウォーキングも早や十二年になりました。私の居住する地域は、北山に近く自然に恵まれ歩くコースも多く、気の向くままに行動できることが長続きの一つだと考えています。日の出前の澄んだ空気、静かに昇る太陽、自然の移ろいは、どれも心が満たしてくれます。

◇ 岡本 正男 (石井町)

十年一昔と言われますが、過ぎ去れば早いもので、退職してから十六年の歳月が流れ去りました。此の間、上司の方々のご配慮に依り、関連会社へ二度目の職場を得て勤める事

が出来ました。大きい事故なども無く過ごせた事は、周囲の人々のお陰と有難く感謝しております。平成十一年八月で退職させて頂きました。今は毎日が休みとなりました。

七十の手習いで植木の剪定の勉強をしております。家族にあまり心配を掛けないよう健康に留意し一日一日を大切に頑張りたいと思っております。

◇ 小倉 喜代子 (徳島市)

皆様お元気ですか。退職して二十年になります。自分の健康は自分でつくる、といわれていますが体調が悪くて困っています。

古希をすぎてから、いろいろ病気になるのも月に二回通院しています。雨の日も雪の日もひよろひよろしながら行きました。行けるだけよいと思っています。これからも頑張ります。健康が一番ですからね。皆様のご健康をお祈りします。

◇ 笠松 諄美 (松山市)

平成七年に退職し、夫の病気に付き合って四年、昨年夫を見送りました。ようやく一人の生活のリズムが出来だしたところです。

退職後、夫の通院のために運転免許を取得しました。今は習い事の教室に通うのに役立っています。天気の良い日など郊外の喫茶店でコーヒー一杯、ドライブを楽しんでいます。続けていた茶道でお弟子さんも出来ました。若い方達とお喋りは楽しく、又パワーもいただいています。六十の手習、ご一緒にお抹茶をいただきます。いつでも歓迎します。

◇ 亀山 巖 (丸亀市)

現況「カラオケ喫茶」を経営しています。

電友会の皆様お元気ですか、お伺い致します。

私は、昭和五十七年観音寺局を最後に退職させて頂き、引き続き関西通信建設「現力ナックKK」にお世話になり、第二の人生を送らせて頂きました。つづいて小さいながらも自分の店を持って早十五年がたちました。

今、身体をこわし病院通いをしています。元氣を出して日々の仕事に精を出して行こうと思っています。どうぞ皆様お達者でお過ごし下さい。

◇ 川江 隆彦 (高知市)

第三の職場も十一年九月末で退職しました。五十才の時、若い社員に駅伝出場を勧められ、室戸一周駅伝競争に出場したことが弾みとなり、今では週五日、月三百kmを目標に走り励んでいます。

昨年は駅伝に二回、マラソンには十九回出場しました。大会に参加して走る仲間と逢って情報の交換、完走の瞬間、そして記録の更新は楽しいものです。足の動く間は走り続けたいと思っています。

◇ 楠 宗俊 (松山市)

山登り再開、きっかけは大雪山系旭岳で見た紅葉のすばらしさと翌朝の新雪でした。退職以来六年、石鎚山系で家内をお供？に月一回を目標に約十Kを背負い体力トレーニングに努めています。

特に、冬の石鎚山に魅せられ、成就社をベースにマイペースで登り、冬山を満喫しています。また、カメラと無線機を携えて楽しんでいますので、ハムのみなさんJA5HLの電波が届いていましたら呼んで下さい。

◇ 篠田 千恵美 (松山市)
 退職後一人でも出来て、いつでもやめられるものと思ひ、俳句教室に入りました。良き先生と先輩に恵まれて、句はともかく、会の後のおしゃべりと、お茶が楽しみで今も続けております。
 おかげ様で元気にしております。

◇ 柴田 マサ子 (高知市)
 退職して、もう十七年の歳月が流れ去りました。その間年号は昭和から平成に変わりましたが、今年にはミレニアムの二千年を迎えました。しかし私は格別変わった事もなく、下手の横好きの五七五の句材を求めて山野を遠出したり、探鳥会に参加したりと、自然相手に平凡に元気に過しております。
 これからも年金問題、保険問題等不安材料はいっぱいありますが、趣味の俳句やカラオケでストレスを解消し、残された人生を前向きに生きて行きたいと思っております。
 皆様方のご多幸をお祈り申し上げます。

◇ 柴田 幸男 (松山市)
 昭和三十八年道後地区へ居住したのが切っ掛けで朝風呂通いを始めましたが、度々重なるうち私の健康法とも考えるようになりました。今は、朝四時に起床し約一キロ離れた健康ランドへ通っています。帰宅後は五十番札所繁多寺へ参拝したのち一日一善を念頭に聖人塚とか遍路道の清掃を心掛けております。
 今年、二〇〇〇年の節目の年に八十才の齢を迎えますが、過ぎし戦地での五年間その他を思うとき今日あることを痛感いたします。
 会員皆様のご多幸をお祈りします。

◇ 城 豊 (高松市)
 現在の近況について、退職後農事に専念し施設園芸、野菜の生産に励んで現在に至って居ります。
 地区の自治会長や神社の世話など多忙な毎日、好きな釣も昨年で止め、地区の皆様への恩返しと思ひ一生懸命頑張つて居る次第です。

◇ 神野 佐治郎 (新居浜市)
 本年から敬老の案内があると思いますが、年寄と思わずこれからも元気で、地区の為自分の為に一生懸命励んで行く積もりです。ご支援の程を宜しくお願い致します。
 又電友会の総会で皆様にお会い出来る事を楽しみにして居ります。

◇ 角田 佳實 (室戸市)
 三十八年間お世話になったNTTを昭和の年号と共に別れて早十一年。
 自分なりに、一日の時間の無駄もなく今日を迎えられたのも、回りの方や妻のおかげと深く感謝している。

◇ 土井 喜代美 (松山市)
 これからは元気に長生きするのが我が努めと思ひ、一日一日を大切に生きることを第一に考え、あせらず、あわてず、今まで楽しんできた趣味や、ボイスアウト活動の支援を続けて行きたく思っています。

◇ 中内 富三 (高知市)
 退職して早いもので十七年になりました。昨年一月、気管支喘息で五十年以上も続いた煙草がやまりました。
 酒のほうも止められていましたが量を減らして復活しています。腰痛も毎日の通院を引き延ばし、現在二週に一度で何とか動いています。
 趣味は船釣りだけになり、風のない天気の良い日に、遠くても砂捨四km程沖までのサビキ五目釣で、健康第一に日々を大切にポケナイような海の良い空気を吸って元気で暮らしています。



◇ 永野 栄二 (松山市)
電電公社を退職して十八年になりました。早いものです。

プロの無線屋が今はアマの無線屋に変わり、毎日マイクを握り時々電鍵を叩いて、トントンで全国のハムと交信し、電波を通じ多くの友人ができましたし、頭の体操にもなっております。幸い健康で月に三、四回のゴルフで体力維持に努めております。

皆様のご健康とご多幸をお祈りします。

◇ 原 清 (松山市)

二十世紀最後のいま、ここに生きている。振り返って見ると、あの戦争でニューブリテン島(ラバールの島)での生死の界をさまよっていた自分が、こうして二十一世紀には傘樹を迎えることが出来るとは想像すら出来なかったことで、平和の有り難さを痛感している。

この歳になると持病も増えて来ておりますが、気にしないで友達との付き合いを大切にしていきたいと思っております。(楽しい友に恵まれ幸)これから残り少ない人生を夫婦して、退屈しないよう頑張りたい。

◇ 原 千鶴子 (高松市)

皆様お元気ですか、退職して八年になります。平成十年には家事、子供の世話をしてくれた九十二才の姑を介護して見送りました。

時には介護教室に行っていた時のお友達と一泊旅行に、また自宅のバラの花が咲いた頃には手料理でお招きしています。今はポケ防止にと「ヘタでいい、ヘタがいい」という言葉につられて絵手紙、白粉粘土など楽しんでます。

これからは地域の人との交わりも大切にしていきたいと思っています。

◇ 久武 成美 (高知市)

少し早めに退職し十年目になります。五年前から週二回OBサロンのお当番をさせて頂いてます。サロンでは諸先輩や同輩の、趣味にボランティアに生き生きと励まれる姿に接し、良い刺激を受けています。皆様もお気軽に立ち寄り下さいませ。

夫と九十五の姑、独身二男坊と四人家族の主婦業の間、週に一度歌好き友達とのカラオケは楽しい一日です。

今年還暦を迎え、健康第一を願う今日この頃です。

◇ 本田 實 (松山市)

無病息災を唯一の取柄として今日まで家庭菜園に四季を楽しみ、ささやかな趣味を通じて多くの人との交流、又時に合わせて家内との旅行など楽しんで来ました。

一月末ふとしたことで風邪をこじらせ半月程の入院生活を余儀なくされ、今更ながら「健康」の二文字と「自愛」の重みを痛感いたしました。

今後自分なりに出来ることに精一杯励んで行きたいと思う今日この頃です。青き踏むわが来し方の起伏かな

◇ 政本 義三郎 (高瀬町)

電友会の皆様お元気ですか。電友会会報を開く度、皆様の近況報告を楽しく拝見させて頂いてます。私も退職当時一、二年は孫の子守でしたが、テレビ新聞の番組では飽きたらず、暇つぶし惚け防止のため、施設園芸で

野菜作りに精を出している昨近です。友に道楽の百姓と笑われても、家族に迷惑をかけず友と酒を酌み交わせる間は頑張りたいと考えています。いつまで続くことや。皆様様の益々のご健勝をお祈りします。

◇ 松村 祐之 (高知市)

早いもので退職して二十年が過ぎようとしておりますが、まあ元気で過ごしています。

健康には留意し早朝のラジオ体操、歩くことから一日が始まります。ぼけ防止のため、下手な横好きの書は月に三日、OBサロンおびやまちで頑張っており、あちらこちらの書展出品に追われております。

趣味を生かし、お酒も楽しみながら充実した毎日をごしたいと思っております。皆様のご健康とご多幸を祈ります。

◇ 水木 政美 (松山市)

退職して早くも十年が過ぎました。老後の生き甲斐にと、在職中から始めた盆栽や山野草等の鉢もの園芸から小旅行、写真など結構多忙の日々です。お蔭様で趣味を通じて多くの友人に恵まれました。

日課は、毎朝近くの野山を一時間散策して健康維持に努めており、四季折々の野草に自然を感じております。時間の経過が早く感ずるようになり、余生はいろいろチャレンジして若々しく有意義に過ごしたいと考えています。(7ページ中段へ続く)



区 分	利 用 時 間 等
通所介護	月々金の十時～十五時 (土・日・祝日・年末年始は 休み)
訪問介護	月々土の六時～二十二時 (日・年末年始は休み)
居宅介護 支援	月々金の九時～十七時 (土・日・祝日・年末年始は 休み)

愛松園が「介護福祉の拠点に」
四月一日から介護保険適用さる (愛媛)

介護保険制度のスタートに合わせ、愛松園が四月一日から介護保険適用施設となり、新たな事業を始めることとなりました。従来の、ショートステイ事業はとりやめ、新たにテルウエルの社会福祉法人である「共済福祉会」に事業を移し、「通所介護(デイサービス)・訪問介護(ホームヘルパー派遣)・居宅介護支援(介護計画作成)」の三つの事業を行い、家庭介護の支援・負担軽減のお手伝いをしようというものです。

また同時に、愛松園内にNTT・OBによる介護ボランティアの皆様とも連携した「テルウエル愛媛介護サービスセンター」も併設し、愛松園を「介護福祉の拠点」として高齢化社会のニーズにお応えすることとしています。

なお、介護サービス提供時間等は左記のとおり。問合せ(〇八九)九三四一三七〇〇)

テルウエルだより

愛松園が「介護福祉の拠点に」
四月一日から介護保険適用さる (愛媛)

第一回ホームヘルパー二級養成研修
受講者全員が修了 (香川)

介護支援施策の一環として、昨年十一月に開講した「テルウエル香川支部第一回ホームヘルパー二級養成研修講座」が、本年一月二十八日に終了。受講者全員(三十一名)が、百三十時間に亘る全科目を履修し、修了証書授与式を行いました。



小沢支部長から終了者個々に修了証書が交付され「本年四月に設立するテルウエル介護サービスセンターの基軸として活躍を期待している」との挨拶に引き続き、意見交換会が行われ、和やかな中にも目的を成し遂げた充実感と今後の活動等に新たな決意を固めあう空気に満ちた修了証書授与式となりました。

実感と今後の活動等に新たな決意を固めあう空気に満ちた修了証書授与式となりました。

春を迎える俳句大会 (徳島)

春を季節する言葉「梅」と「冴え返る」を季語とした俳句大会が開催されました。この大会は、NTTグループ退職者文化活動の一環として、テルウエル徳島が計画・実施(二月十九日)したものです。

会場のOBサロンには、いい句を作ろうと早くから来場した方も多く、良い雰囲気にも包まれ、十九名が名句を披露しました。



選者には、俳人として有名な齊藤梅子先生

(さくら俳句会・徳島新聞俳句選者)、長島正雅先生(眉秋俳句会・NTT・OB)の二人をお招きしました。

選者の先生からお題が出され、参加者全員熱心に句を練り上げた結果、多くの自信作ができ、それぞれ充実した気分を味わいました。最後に、選者の推選と参加者の互選により特選句になった内から一句紹介します。

牙え返る耕耘機野に出ししまま
角野 陳明

鯉に夢のせ二万キロ

テルウエル文化講演会開催(高知)

平成十一年度の文化講演会を、昨年十二月五日、電友会高知の忘年会の日に合わせてNTTプラザで開催、四十名が参加しました。

「鯉に夢のせ二万キロ」と題し、講師は中土佐町職員の下元道夫さん。

舞台となった中土佐町は、高知市から西へ約四十キロにあり、青柳裕介の漫画「土佐の一本釣り」でも全国に知られている町で、町長の西森英身氏はNTT・OB。

下元さんは、六年間の観光係を経て、現在は福祉保健課の課長補佐。典型的なB型人間で、引っ込み思案ながらも人との出会いが大好きで、「生まれつきの食い意地」を武器に「鯉」にのめり込み、商工会・鮮魚商・地域振興公社と一緒に「情報発進」と称して、「鯉のわらやきタタキ」の県外実演販売を給料をもらって楽しんできた。

と自己紹介されているとおり「全国各地へ車を運転して出掛けた二万キロ」の苦労話や愉快な話を、振り鉢巻をしてドラマチックに語り、中土佐町のイメージソング二曲のCD

を聞かせながらの講演は大変好評でした。終了後、参加者から「まっことおもしろかった」「こんながやったらまた聞きたい」などの声も聞かれました。



(14ページ下段から)

アート関係や世界の自然・風景・旅行等の映像は時間を忘れさせてくれます。旅行の際はこうしたデータを参考に現地の情報を集めることで愉しみが膨らみます。

OBの中にも、興味あるホームページを開き多くのファンをもっている方もあり、時々覗いてデータが更新されているのを見て、ご健在を喜び愉しく拝見しています。

私も五月末に版画グループ展をやることに

なりましたが、いつかは作ってみたい夢を持っています。

三 私 経験から思うこと

(1) 使用目的をもつ、趣味や勉強、何でも目的をもつ方が興味をもってあきずにやれる。

私は作品作りや、記録等に使っているので頼もしい道具となっている。勿論電子メールで交流できれば愉しみが大きく広がります。

(2) 習うより慣れる、毎日パソコンやネットに接することで、疑問も湧き解らなかつたことも段々見えてくるようです。

高齢者にとって体力もいらず、頭や指の運動になるパソコンは生涯付き合いたいものです。

(3) パソコンは丈夫で奥が深い、ほんの入り口しか触っていないが、ソフトは実に巧くできていて奥が深そうです。機械にはトラブルはつきものですが、パソコンは簡単に壊れないようです。心配せずにいろいろやってみることで解ってくる。

(4) 愉しいものをつくる、作ることで愉しみがうまれる。年賀はがきにもインクゼット紙ができ、パソコンで綺麗にプリントできるようなり、オリジナルな作品をつくるのも面白い。ポストカードなら一年を通じてクリエイティブな愉しみを味わえるし作品の記録にもなる。

最後にマルチメディアを実感しながら、電のOBとして現役の世代と交流でき少しでも協力できるのは、インターネットを始めることではないでしょうか。

サークルだより

OB茶道部なごみ会

(徳島) 藤本 清治 (徳島市)

平成三年四月、OBサロン「びざん」の開設と同じ時期に、茶道を楽しむ仲間達で「なごみ会」が発足しました。この会は、入退会の規則はなく、お茶の好きな人が、第一・二・三火曜日と第四金曜日にOBサロン「びざん」の和室で茶道具を出



し、お茶を点でて飲んで語らっての一時を楽しく過ごしています。

今年の初釜(二月一日・写真)は、お正月にちなんで「しまだいい」と言う二種類の楽茶碗でお濃い茶を頂きました。今後の予定は、新緑と紅葉の季節に各所の庭園を借りて、野点でお抹茶を飲み精進料理を食べて一日のんびり人生をリフレッシュしていくこととしています。

NTT・OBの仲間が集い、茶会での一服をいただきながら、幸せ感を味わえる「なごみ会」にしていきたいと思っています。

M・Mコーナー

インターネットの愉しみ

木内 康雄 (松山市)

パソコンに詳しい人はたくさんおられますが、これから始めようという方には、素人の経験が参考になるかもしれません。

一 パソコンで遊ぶ

七十になって始めたパソコンとの出会いは、千葉にいる娘夫婦の熱心な勧めからで、九十七年四月にセットアップしてもらいました。時々遊びにくる小学生の孫達の一番人気はゲームソフトで、子供達は上手にキーボードを使って遊び、男の子はレゴのホームページを愉しみにしています。

パソコンは難しいイメージがあるので、そのちょっとした壁を越えるチャンスを、いい日旅立ちにしたいたいです。パソコンで遊ぶには操作を知る必要があります、初めは少しパソコン講座等で習った方が早道です。それと簡単なことを聞ける人が近くにいると大変助かります。

私の遊び方の一つは絵を描くこと、水彩ソフトでアートパットを使ってお絵かき遊びです。描いたり消したり色を変えてみたり、スケッチブックと違った面白さがあります。もう一つはデジカメです。ここ一、二年デジカメの機能アップで活用範囲が増え面白くなってきました。

カメラに較べフィルムのような消耗がなく繰り返し三百枚もの記録ができて、すぐプリントができ、加工したり、メールで送ったりの愉しみがふえます。お陰で海外旅行も手軽になり、一年で二千枚の画像データができました。

二 インターネットの愉しみ

九十七年の電電記念日に現役の人達に勧められ、十一月にOCNに加入しました。

電子メールは、まだ送受信合わせて四百通位ですが、便利さや受け取る時の愉しみを実感しています。

特に、添付メールの時はどんな映像かとわくわくします。友人とのやり取りが主ですが、毎年のグループ旅行では、京都・名古屋の友人とメールで計画の打合せや案内をするなど、便利さを味わっています。

一カ月四千円程度で驚くほどの最新情報が手軽に手に入り、やり取りできる愉しみは新しい世界が開かれる思いです。

もう一つの柱はホームページです。昨年春に娘夫婦が住宅建築の際ホームページを開設し、毎週建築状況を見せてくれましたので、家ができていくのが手にとるように分かっています。愉しみを一緒に味わいながら完成を喜び合いました。

(13ページ中段へ続く)

四 国 電 友 会

俳 句

やまもも句会 (高知)

井上ひろし

干満のうねりに合はせ細螺舟

池内 寿子

菜の花に吹く風いまだ厳しかり

井上すみ子

行く雲を写して冬の湖まぶし

小笠原芳子

山間に法螺の鈸や初不動

岡崎 花子

寒椿明治の父の植えしもの

尾崎 由子

早春の鳶は自在に漁の町

太田 佳代

金鈴子一樹に残る二月かな

押岡 里香

枝打の山の鈸や春浅し

田内千代子

くれなるの殊に濃き梅咲遅る

田中幾久子

梅咲くや部屋に積み上ぐ転居の荷

安村 淑

春遅々と枕の下の隙間風

(二月例会から)

川 柳

森安 文字

あきらめの帽子哭くよう祈るよう



敬 弔

次の方が逝去されました。謹んでご冥福をお祈り致します。

氏 名	逝去年月日	葬儀	葬地
岡谷 恭忠様	12・1・1・2	63歳	鯛の趾地
今村 達雄様	12・1・1・4	66歳	志度町
泉 禎寿様	12・1・1・5	74歳	三木町
藤沢 俊寿様	12・1・1・6	66歳	高松市
行天 正信様	12・1・1・12	97歳	松山市
野村 貞子様	12・1・1・7	77歳	小松島市
坂本 利光様	12・1・1・13	94歳	安芸市
田中 英男様	12・1・1・19	73歳	松山市
町田 盤夫様	12・1・1・25	70歳	国分寺町
吉村 佐吉様	12・1・1・29	72歳	南国市
渡部 般貞様	12・1・2・2	79歳	川内町
朝倉 民子様	12・1・2・7	70歳	高松市
木内 笑子様	12・1・2・13	76歳	徳島市
松本 幸雄様	12・1・2・18	70歳	高松市
吉見 千里様	12・1・2・18	56歳	松山市
横山 進様	12・1・2・18	86歳	松前町
佐々木弥太郎様	12・1・2・22	90歳	牟礼町
後藤田文枝様	12・1・2・23	62歳	川島町
曾根 佐市様	12・1・2・29	75歳	井川町
宮西マツエ様	12・1・2・29	89歳	高松市

物故者叙位叙勲

- 従六位勲六等瑞宝章
- 従六位勲六等瑞宝章
- 正五位
- 正六位
- 従六位勲六等瑞宝章
- 正七位勲六等瑞宝章

- 酒井 幸夫様
- 赤木 信雄様
- 泉 節太郎様
- 行天 正信様
- 坂本 利光様
- 田中 英男様

表紙の言葉

西川 晴 (松山市)

鯉のぼり
薫風をいっぱい吸って鯉のぼりが青空を泳ぎだすと落ちつかない。理想の撮影条件を頭に描いてカメラのシャッターを切る気分は最高です。

年毎にこの季節に心をときめかして追う被写体の一コマです。

編集後記

▽介護保険の実施に備え、三回シリーズで制度の概要等を解説してきました。

ご多忙の中ご協力下さった中藤悦雄氏に厚くお礼申し上げます。実施後の問題点等については、随時Q&Aの型で扱っていくこととします。

▽新入会員を迎える時期がきました。

電友会四国では、会組織の強化(組織率を対前年度一%以上向上)を今年度の重点項目として取り組むこととしています。

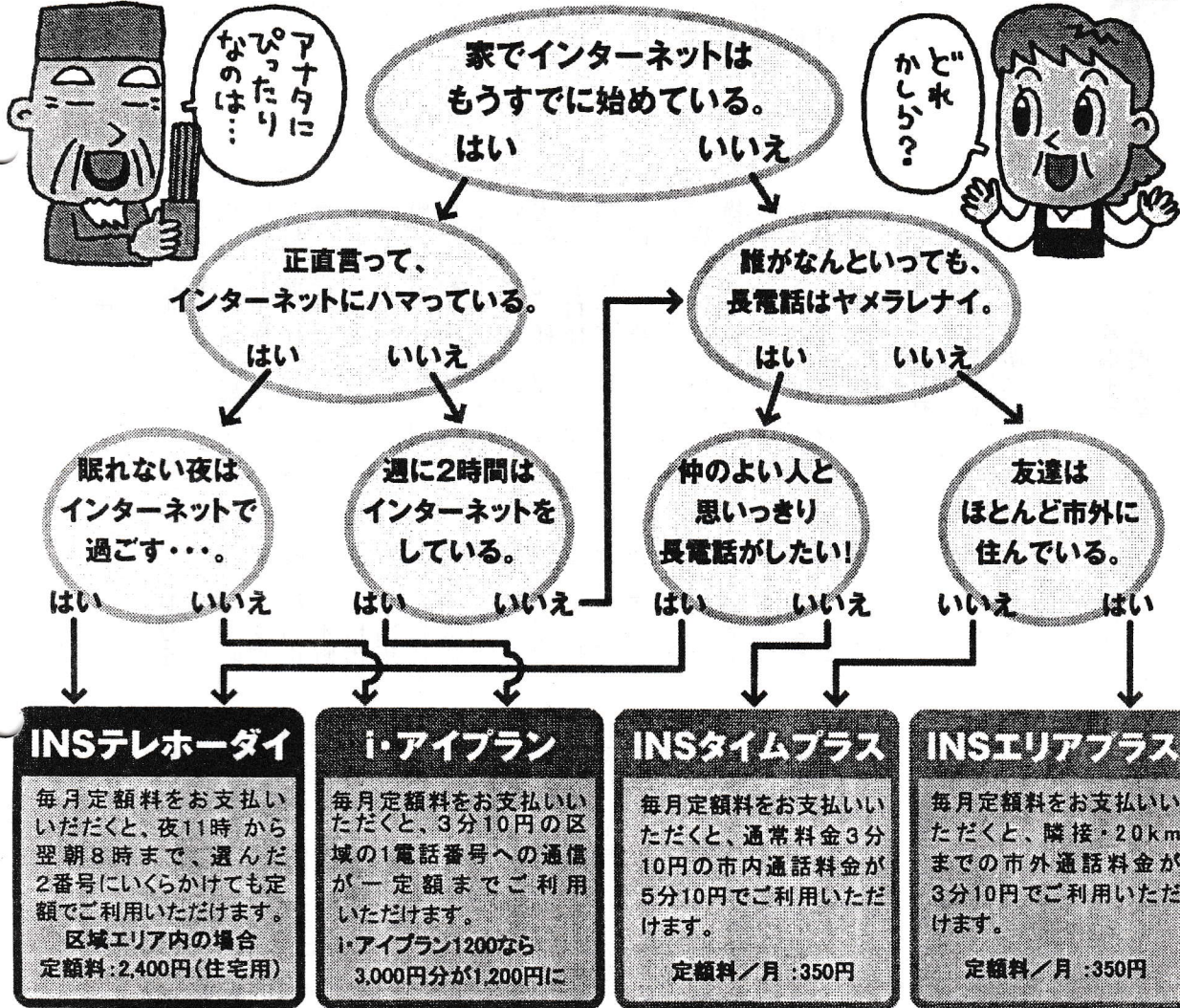
皆様のご協力をお願いします。

(松本)

四国電友会会報 第一一〇号
 発行 平成十二年四月一日
 編集 電友会四国地方本部
 松山市一番町四一三
 NTT西日本愛媛支店内
 電話 〇八九一九三六―二〇二三
 印刷 NTT四国電話帳株式会社

あなたにぴったりの割引サービスがピタリとわかる！

ISDN割引判断



NTT西日本なら、割引サービスも充実！



すぐNTT西日本に電話しなくちゃ！

ISDNするならNTT西日本へどうぞ！

お問い合わせ・お申込みは **局番なしの116番へ**