

# 四国愛友会会報

第116号  
平成13年10月



## 目次

NTTグループの動き	2
NTT東・西「ADSL」再値下げ	2
「フレッツ・ISDN」も同時に	2
ミッキーマウス電報&	2
キャラクターパック電報の販売開始	2
会社紹介（NTT四国電話帳）	3
お知らせ	4
電友会本部行事	4
支部日より	4
会員名簿の「手配り」拡大について（愛媛）	4
幅広い活動を活発に続ける	4
愛媛インターネット愛好会（愛媛）	4
集中豪雨被災地区会員をお見舞い（高知）	5
加藤弘和さんが「社会文化功労賞」を受賞	5
介護保険（六十五歳以上の方の介護保険料）	5
健康のページ	5
脂肪（あぶら）について	6
人生さまざま・後半生を生きる	6
老いの一徹	7
私は今	8
テルウエル日より	12
ライフアドバイザーのご案内と「家庭介護者教室」	12
受講希望者の募集（テルウエル四国）	12
「愛松園」盆踊り祭りを開催（愛松園）	12
電友会様推奨の三保険のご案内（きさら保険）	12
M・M（マルチメディア）コーナー	14
インターネット時代	14
サークル紹介（社交ダンス愛好会）	14
表紙の言葉	14
俳句（香川）	15
物故者叙位叙勲・敬弔	15
編集後記	15

NTTグループの動き

「NTT東・西「ADSL」再値下げ」「フレッツ・ISDN」も同時に

NTT東・西は十月一日から、定額制の高速インターネット接続サービス「フレッツ・ADSL」料金を、三千八百円から三千百円に値下げするとともに、定額制の低速インターネット接続サービス「フレッツ・ISDN」の料金も、三千三百円から二千九百円に値下げした。

「フレッツ・ADSL」「フレッツ・ISDN」は、七月に値下げしたばかりだったが、「ヤフーの価格破壊的な参入（インターネット接続料込みで月額二千二百八十円）」が業界を激震、大手回線卸業者（アッカネットワークス、イーアクセス等）がインターネット接続業者（ISP）インターネット・サービス・プロバイダー」と提携し、九月一日から一斉に大幅値下げしたことに対抗し、再値下げしたものの。

NTTでは、今回の「フレッツ・ADSL」の値下げによって、「ぶらら」「アサヒネット」等の最安値インターネット接続料金（一千円）で計算すれば、ヤフーはともかく、「アッカやイーアクセス」の回線卸業者と十分競争できるとしている。

ちなみに、ニフティのアッカ回線メニューやビッグロップのイーアクセス回線メニューは、月額四千六百七十七円（ISP料金+NTT接続料）、ぶららやアサヒネットのフレ

フレッツ・ADSL & フレッツ・ISDNの月額使用料

利用区分		13.10.1 改 定	13.7.16 改 定	7.15 以前
フレッツ・ADSL	電話回線と共用する場合 *1	3,100	3,800	4,050
	電話回線と共用しない場合	4,750	5,450	5,700
フレッツ・ISDN *2		2,900	3,300	3,600

- \* 1 加入電話の基本料金が別途必要。同サービス以外の通信を加入電話で利用する場合は、通常のダイヤル通話料が必要。
- \* 2 INSネット基本料金が別途必要。同サービス以外の通信を利用する場合は、通常のINSネット通信料が必要。
- ☆ 利用に当たっては、月額利用料のほか、契約料・工事料・ISP利用料金等が必要。

ツADSLメニューは四千五百円（ISP料金+フレッツADSL料金）とほぼ一線に並んだ。一方、「フレッツ・ISDN」は、上位商品である「フレッツ・ADSL」の登場に伴い、値下げを連発してきたこと、ISDNのメリットである「複数番号」（メール利用の多いユーザ等に二番号〜三番号利用できる）

に着目した需要が多く、今回の値下げで利用に弾みがつくとみている。お申込・お問合せ先は 『一一六』番へ

「NTT西日本ミッキーマウス電報&キャラクターパック電報の販売開始」

NTT西日本では、「電報を受け取られる方のイメージにあわせて贈りたい、もっと気楽に利用したい」というお客様ニーズにお応えするとともに、コミュニケーションをより楽しく・温かくして、電報メッセージの演出効果を高めるため、キャラクター電報（ドラえもん・ハローキティ・くまのプーさんのぬいぐるみ）を販売しておりますが、今年八月から、人気のミッキーマウスを追加し、ラインアップを充実しました。

又、九月からは、「ぬいぐるみを二体合わせて贈りたい」（ドラえもん&キティ・ミッキーマウス&プーさん等）との要望にお応えするため、キャラクターパック電報の販売開始しました。（東日本は昨年五月販売開始）

- ① 販売価格
  - ・ミッキーマウス電報 二千円+電報料
  - ・キャラクターパック電報 三千八百円+電報料
- ② 申込方法
  - ・『一一五』又は、インターネット
  - ・『D・MAIL』へ



会社紹介

NTT四国電話帳



会社概要

・商号 エヌ・ティ・ティ四国電話帳株式会社

・所在地 愛媛県温泉郡重信町田窪 一九四〇—

・代表取締役社長 杉本 价寛

・設立 昭和三十五年七月二〇日

・従業員 三〇七名

(平成十三年八月一日現在)

主な事業内容

ル電話帳部門を受入れし、電話帳事業を総合的に取扱う「販売編集会社」として新しく出版をしました。

四国地域におけるNTT電話帳の広告販売、編集、印刷・製本など電話帳に関する殆ど全ての業務を取扱っているほか、インターネットタウンページのクラ

トした「インターネットタウンページ」への取組みが急務となっております。従来の紙の電話帳のお客様をいかにインターネットのお客様として迎え入れ、広告全体の量的拡大に結び付けるかが求められています。また、昨年スタートした「タウンページセクタ」は、今後の当社の中核的業務と位置づけられており、全国からの問い合わせをいかにスムーズに処理できるかサービスの向上と効率化が急がれるところです。本年七月の新体制発足を新たなスタート台として、全社員一丸となって頑張っているところです。

(6ページ下段から)

沿革

当社は、昭和三十五年七月に「電通印刷㈱」として、松山市朝美町で活版・タイプ印刷を主体として設立されました。

当時、電電公社から発注の局報、例規集および各種資料印刷を中心に従業員二十三人で開始し、その後一般印刷へも営業範囲を広げ事業拡大を図ってきました。

昭和四十四年に現在の地に移転、電話帳の業務が始まりました。加入数の増に伴い、四国の電話帳印刷会社として、年々拡大発展してきました。

その間、昭和四十一年五月には、(財)電気通信共済会の出資を得て「四国電通印刷㈱」に、平成七年十一月には、NTTの出資を得て「NTT四国電話帳㈱」と社名変更を行いました。

また、平成十一年四月には、電話帳広告販売会社である「四国タウンページアド㈱」と合併、そして平成十三年七月には、テルウエ

今後の動向

電話帳における構造改革(通称・BPR)が本年七月に組織整備面では一段落しましたが、今後は販売編集会社として機能の充実が求められています。

まず、情報化の進展に伴い、電話帳の紙離れが顕在化しており、今後は電話帳情報の多様化が急速に進展するものと思われれます。このため広告販売においては、昨年スター

プ会員の勧誘、更には一般印刷(印刷・製本等)も行っています。また、昨年七月から電話帳に関する総合受付窓口として、全国四セクタ(北海道・信越北陸・四国)の一つとして「タウンページセクタ」が設置され、全国からの問い合わせに対応しております。

問合せ先・タウンページセクタ ☎〇一二〇一五〇六三〇九

- ③ シソ油を料理に加える工夫をしましょう
  - ④ 魚を多く摂りましょう。
  - ⑤ 海藻(昆布、ひじき、海苔など)を毎日食べましょう。海藻の中にもαリノレン酸が含まれています。
- 最後にありますが、脂肪の摂り過ぎは肥満を招き、様々な生活習慣病につながります。偏ることなく、色々な油脂を日々の食事の中にバランス良く摂り入れていくことが大切です。

お知らせ

電友会本部  
第25回理事会・第12回評議員会開催

七月十日、銀座ラフィナートで第二十五回理事会が開催され、芳野本部長が出席しました。主な議題は、

- ①第十六回常任理事会報告、②第十二回評議員会議案審議、③ボランティア活動賞副賞金の検討、④役員人事の審議等でした。
- 又、同日開催された第十二回評議員会には、芳野本部長のほか、愛媛から安部・杉本、高知から岡本評議員が出席して、①十二年度事業報告、②十二年度収支計算書、③十三年度事業計画及び収支予算(案)、④役員選任等を審議、これらを承認決定しました。
- なお、十三年度事業計画の主な項目は次のとおりです。

- ① NTT幹部と電友会幹部との意見交換会の実施(前年度の繰延べ施策)
- ② 電友会組織の強化
  - ・組織強化モデル支部を選出し、好事例の全国水平展開
  - ・会員増・電友会の魅力増進策について評議員から意見聴取
- ③ マイラインプラス獲得への協力
- ④ ITサービスの普及
  - ・ホームページの充実と活用
  - ・地域IT活動への参加とIT相談センタの企画

第十四回事務局長会議開催

九月十三日、NTT東日本本社ビルで、第十四回事務局長会議が開催され、松本事務局長が出席しました。主な議題は、

- ① 組織強化(会員増強)
  - ・組織強化モデル支部の選出と好事例の全国水平展開
  - ・会員増強・電友会の魅力増進策について評議員から意見聴取
- ② NTTへの支援協力
  - ・マイラインプラスの獲得推進
- ③ ITサービスへの普及
  - ・IT相談センタの設置
  - ・地域IT活動への参加
  - ・ホームページの充実と活用
- ④ ボランティア活動の支援

支部だより

会員名簿の「手配り」拡大について

(愛媛)

愛媛電友会では、会員名簿を「手配り」することにより、会員との接点を広げ、会員相互の連絡親交に役立たせるとともに、郵送料の節約を図るため、

- ① 電話番号記念日のNTT招宴での配付
- ② NTT関連会社就職者への一括配付
- ③ 電友会レク行事・各種会合での配付

④ 一部地域での役員による手配り

等を行ってききましたが、今年度は、山間・島嶼部等を除き、全地域で、役員等による「手配り」を行い、会員との接点拡大に力を入れることとしています。「手配り」開始は、十月下旬以降となりますが、施策実施について、皆様のご理解とご協力をお願いします。

幅広い活動を活発に続ける  
愛媛インターネット愛好会

(愛媛)

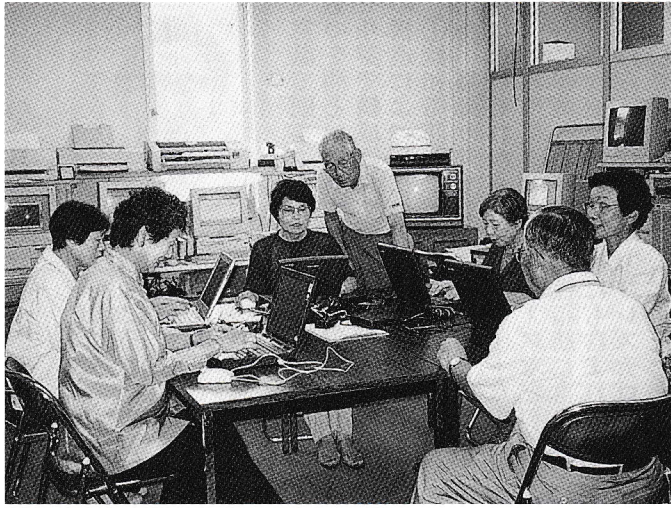
愛媛インターネット愛好会が発足して一年が経過しました。発足当時五十一名だった会員も、今では百名を超す大所帯となり、幅広い活動が活発に行われています。メールリグリストを中心とした連絡発信・意見交換は大変活発で、安価で手軽な親交ツールとして皆さん重宝しています。

愛媛電友会が実施するマルチメディア教室やパソコン勉強室への協力は、平成九年から続いており(愛好会発足以前から実施)、パソコン人口の増加に寄与するとともにOB仲間から感謝されています。

現在実施している、毎週木曜日(午後)の「初心者向けパソコン勉強室」は、申込者が多く、二回に分けて実施しておりますが、何よりの魅力は、受講料無料と少人数学習で納得のいくまで勉強でき、インストラクターは自分達の仲間で、何でも気軽に聞けることです。

また、毎週水曜日(午後)には、愛好会のメンバーが集まり、パソコン技術の交流・研

修(ソフト&ハード)等を行っており、NTTグループの方も相談にこられます。パソコンの立ち上げからトラブル時の手助け・ソフト設計・ハードの組み立て修理までパソコンのことなら何でも相談に乗ってくれ文字どおりOBの「IT相談センタ」として頼りにされています。



なお、愛好会の活動は、電友会事務室の一角で行っており、パソコンをお持ちでない方には、パソコン(ノート)の貸出をしております。お気軽にご利用ください。

集中豪雨被災地区会員をお見舞い (高知)

去る九月六日に、高知県西南地域を襲った記録的集中豪雨で、宿毛市・土佐清水市・大月町の会員が多数被災されました。

高知電友会では、特に被害の激しかった地域に住む十一名の会員にお見舞状を送り激励しました。

【被災会員の方には、心からお見舞い申し上げますとともに、早期復旧をお祈りします。】

(四国電友会)

加藤弘和さん(高知電友会)が「社会文化功労賞」を受賞



高知市で整体院を開業する加藤弘和さんが今年四月に、日本文化振興会から「社会文化功労賞」を受賞されました。

加藤さんは、自らの頑固な腰痛体験から、腰痛を根本的に治す方法を模索、平成二年NTTを退職して、加藤整体院を開業。

その後、香港やアメリカで、中国整体・カイロプラティックを研修し、「加藤式バランス回復療法」を考案。平成六年、米国パシフィックウエスタン大学から「医療技術博士」を授与されました。

今回の受賞は、腰痛をはじめ体の痛みに苦しむ人達のため、勉強を続け、治療に勤しむ加藤さんの前向きな姿勢が認められたもので、

心から拍手を贈るとともに、益々のご活躍をお祈りします。

介護保険

六十五歳以上の方の介護保険料 平成十三年十月から変更

介護保険の円滑実施のため、六十五歳以上の方の介護保険料については、経過措置として、平成十二年四月から十二年九月までの全額、平成十二年十月から平成十三年九月までの半額相当分を国が負担(国庫負担)してきましたが、平成十三年十月からは、市町村ごとに定められた本来の介護保険料(全額)を納入することになります。

介護保険料の経過措置

12年度		13年度	14年度以降
全額国庫負担	半額国庫負担	全額自己負担	全額自己負担
	半額自己負担		

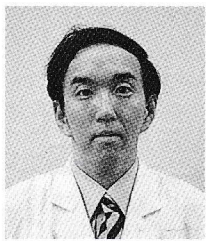
H12.4 H12.10 H13.10

健康のページ

脂肪（あぶら）について

NTT西日本松山病院

重沢 俊郎



一 はじめに  
炭水化物、たん白質と共に三大栄養素の一つである脂肪は、体内でエネルギー源としてまた身体をつくる材料として利用されます。

室温で固まっているものを脂、溶けているものを油といえます。脂肪は、脂肪酸とグリセリンで構成されていますが、脂肪酸は、その構造によって次の三種類に大別されます。  
①飽和脂肪酸は、肉類、特に牛肉や豚肉の脂身、霜降り肉やロース肉、バラ肉、鶏肉の皮など、それからバター、ラードなどの油脂類、牛乳や生クリーム、チーズなどの乳製品、さらに卵黄といった動物性脂肪に含まれるほか、植物油であるヤシ油にも含まれています。これらは主に血液中のコレステロールの原料として使われます。

コレステロールは、細胞膜を作ったり、ビタミンDやホルモン、胆汁酸を合成するなど重要な役割を果たしていますが、飽和脂肪酸の多い食品を食べ過ぎていると、血液中のコレステロール値を上昇させ易く、動脈硬化や脳梗塞、心臓疾患を招くことにもなります。  
②一価不飽和脂肪酸は、オリーブ油や菜種

油、ナッツ類などの植物性油脂に多く含まれ、その代表はオレイン酸です。これは血液中のコレステロール値、特に悪玉コレステロールを下げる働きがあります。

③多価不飽和脂肪酸は、リノール酸やアラキドン酸などのリノール酸系統と、 $\alpha$ リノレン酸やEPA（エイコサペンタエン酸）、DHA（ドコサヘキサエン酸）などのリノレン酸系統に分かれます。

リノール酸系統はコリン油、紅花油やクルミなどに多く含まれ、肌の潤いを保つ作用があり、またリノレン酸系統はイワシやマグロなどの魚介類や海藻類、シソ油に含まれており、血液をサラサラにする作用があります。これらも血液中のコレステロール値を低下させます。

二 リノール酸神話と $\alpha$ リノレン酸

かつて、リノール酸はコレステロール値を低下させるので健康に良いともてはやされていましたが、最近、リノール酸のとり過ぎが問題となる病気がいくつか報告されるようになってきました。

動物実験ではリノール酸の豊富な食事を進めるとアレルギー疾患が起こりやすくなるという報告が出ました。特に皮膚の湿疹が出やすくなります。また、リノール酸を摂り過ぎると悪玉コレステロールだけではなく、善玉も減らしてしまうことが分かっています。逆に、 $\alpha$ リノレン酸の豊富な食事を与えると皮膚がきれいになり、アレルギー疾患も減りました。  
 $\alpha$ リノレン酸は代謝されてEPAやDHA

になります。DHAは胎児や新生児の脳細胞の発達には欠かせないものであり、またお年寄りの痴呆防止にも効果があることが分かっています。

三 あぶらの摂り方

肉類に飽和脂肪酸が多いといっても、毎日霜降り肉を食べるような人は別として、時々なら問題ありませんし、肉類の中でも牛、豚、鶏の順で飽和脂肪酸は少なくなりますので、毎日同じ物を食べるのではなく、例えば一週間単位で動物性食品と植物油、魚からバランス良く脂肪を摂る様にすると良いでしょう。理想的には、動物性脂肪四、植物性脂肪五魚の油一の割合になります。脂肪の摂りすぎを気にして肉類や卵を摂りませんと、たん白質が不足して免疫機能が低下し、風邪などに罹りやすくなります。

また、牛乳や乳製品は、カルシウムの重要な供給源ですので、脂肪が気になるようでしたら、低脂肪乳などを利用されると良いでしょう。

具体的には、

①揚げ物、炒め物を減らし（植物油にはリノール酸を含んでいるものが多い）、蒸す、焼く、煮る料理を増やしましょう。

植物油もオレイン酸を増やすなどの新製品が市販されていますので、そうした製品の活用が大切です。

②肉料理は網焼きにしましょう（網焼きにしますと油が減ります）肉は脂身の少ないところを選ぶのが秘訣です

（3ページ下段に続く）

ドキュメント

人生さまざま・後半生を生きる

「杉丸太一本乗り大会」で、牟岐町の仁田先輩が優勝された旨、新聞・テレビで報道されました。四国電友会の皆さんに、ご本人の活躍ぶりをご紹介すべく原稿依頼をしたところ、心よく記事をお寄せ頂きました。

仁田先輩の快挙に拍手を送るとともに、益々のご活躍をお祈りしたいと思います。

(元木編集委員)

老いの一徹

今年は例年に増して格別暑い夏でしたが、電友会の皆様お元気でしょうか。

NTTの急速でしかかも私達に不安すら与えるような大変革、世界の舞台で生き残るためとは思いますが、驚くばかりです。

私は健康上の都合で、当時としては少し早めに現役を退かせてもらったこともあって、退職後は、私なりに健康に留意した毎日を送ることにしています。

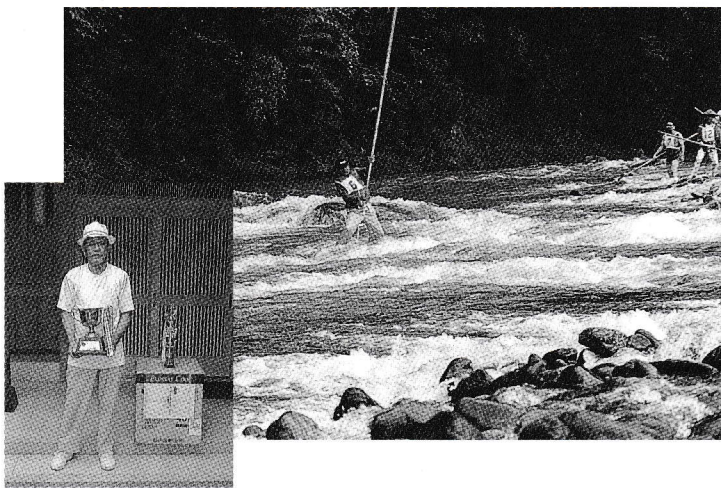
高知県境に近く、四国のチベットと言われ、ダム問題で有名になった那賀川の上流、徳島県那賀郡木頭村が私の生まれ故郷です。

木頭村では毎年八月、村を挙げてのイベントとして、村を流れる那賀川の清流で「杉丸太一本乗り大会」が開催されます。

今年も、去る八月五日、第十五回大会が盛大に実施され、県外在住者を含め七十余名が「杉丸太一本乗り」に参加しました。

杉丸太一本乗りはスリルがあり、急流を落水せず乗り切った時の快感は何とも言えません。私も少年時代に体験したことから参加するようにになり、今回は七回目の挑戦でした。

過去、二位・三位・五位各一回の成績でした。今年も、二カ月前から自宅前の牟岐川で十分特訓して挑戦し、念願の初優勝をする事ができました。



優勝杯を手にした時の喜びは、この歳(75)になっても一入でした。参加者の中で私が今

年も最高齢でした。

今では、一本乗りに参加することが、私の生き甲斐ともなっており、今後、少なくとも五回、第二十回記念大会までは参加を続けたいと念願しています。

さて、電友会の皆様も、健康には特に配慮されていると思いますが、私は、亡父の後を継いで自営業と無農薬の野菜作りをしています。

九年程前から、早朝のラジオ体操を始めました。自宅に居る限り一日も休んだことはありません。近所の主婦二人も一緒にやるようになり、継続しているのが自分でも不思議ではありません。

自作の菜園が「イノシシ」の被害にあったことから、三年前狩猟免許(ワナ)を取得しイノシシやシカを捕獲するため、ワナの仕掛けと点検で険しい山道を随分と歩くようになりました。

農家の人達は、獣害の減少を喜んでくれ、新しい友人も増え、そのうえ、ポタン鍋で一杯やる機会もでき、さらに自分自身の足腰を鍛えることにもなり、一石四鳥になっています。お蔭で、過信は禁物と思いつつも、現時点、自分では健康体と自負しています。

気力と体力を総合したものが、その人の実際の年齢だと思っています。

新聞記事のお梅欄が気になる毎日ですが、晩酌をより美味しくいただくため、一日一回は汗をかくよう努めています。

「老いの一徹」はボケずに長生きする秘訣かもしれません。

仁田 若利

## 私は今

## ◇ 明坂 義香 (春野町)

会員の皆様お元気ですか。早いもので退職してもう八年目となります。

一昨年までテルウェル・ノック通信と六年間通機端末の取付等でお世話になっていましたが、現在は野良に出てみかん作りや、シルバー人材センターで剪定やその他もろもろの作業で、家でゆっくりする暇もなく動き回っています。

今年好きな山女釣りにも行けずですが、大自然の中でのおんびりと糸をたれたいと思っています。良いポイントがあれば教えて下さいませんか？

## ◇ 新 猪三男 (松山市)

退職後早二十年が経過しました。現職中は四県各地で多くの方にお世話になりましたこと改めてお礼を申し上げます。

もう十年にもなりますが、一寸した不注意から大病をしました。幸いにも一命を救って貰ったお蔭で、今年喜寿を迎え、今あることに感謝しています。まだ月一回の検診に通院していますが、日常生活に支障はありません。少しばかりの野菜作りや、庭木の剪定、余暇をみて色紙・短冊等に写経等して、妻と二人だけの生活ですが、家庭を大切に無理なく過ごして行きたいと願っています。

皆様の御健勝を心から御祈り申し上げます。

## ◇ 阿部 晋太郎 (新居浜市)

退職して十年が過ぎました。近くの畑で野菜作りに専念しています。元気で毎日を過ごせることを喜びとしています。

現職の時の先輩や友人の方々と疎遠になりがちでしたが、囲碁趣味の会へのおさそいを受け参加するようになりました。

参加して、人と人とのふれ合いの楽しさを味あうことができました。少しでも上達できればと、「囲碁の定石」の本を読み直し、楽しみを増やしているところです。

これからも健康に留意して頑張ります。

## ◇ 猪谷 敏昭 (高松市)

第二の職場を退職して四年余り、毎日六七キロの散歩と約二十キロのサイクリングを楽しんでいます。この日課は、近隣の史跡を再発見し、四季を感じ、家庭菜園の参考になり、各種イベントに出合ったり等、私の大きな情報源です。

一日に、家族以外の三人の方と出合い会話をすることが、ボケ防止につながるようですが、このことをモットーにし、在職中多くの方々のお世話になり支えられたご恩に感謝している今日この頃です。

## ◇ 稲田 猛 (高松市)

民営化の年に退職し早くも十六年。今では自治会等のお世話も卒業し、今後は加齢とともに介護保険が有難くなるのでは……と。

五年前の市民検診で前立腺癌(骨に転移)が見つかり、以来抗癌剤とホルモン療法のお蔭で、日常生活に不自由はなく、家庭菜園や

サロンでの石運びなど楽しんでおります。

遠方にいる内孫と外孫、ともに結婚適齢期となり、いつ式の案内があるかと心待ちの今日この頃です。

皆様のご健康をお祈りします。

## ◇ 岩田 トシ (松山市)

近況お知らせ致します。

去る四月十四日、手洗いに急に足が立たなくなり救急車で市民病院に入院しました。

たこつぼ型心筋症ということとで、それ以来六月末日まで検査と治療を続け、七月一日から自宅で寝たり起きたりの生活です。

車椅子で外出しなければならず、孫の援助を必要としますので、会合等には出席できません。

## ◇ 大串 寿 (上板町)

鮎漁解禁を心待ちに諸準備を進めていた平成十三年四月、自信を持っていた身体に変調を来し、入院治療を余儀無くされました。

私は無信心論者であり、健康であるという過信が故に、感謝するという気持ちと自己管理の必要性を忘れていたことに気付き、元氣になりたいとの一念で頑張りました。そして退院できたことは、医療はもろろん、関係した全ての方々に対する感謝の念と、万物からの「おかげ」が得られたことと気持ちをお返ししております。

皆様も健康で毎日を楽しくお過ごし下さい。





## ◇ 岡林 綾美 (伊野町)

皆様お元気ですか。

退職して習った趣味も家事雑用に忙しく今は小休止です。フラワーアレンジメント(基本)を学習したいと思っていました。運良く公民館で受講生の募集があり受講、無事終了しました。

たまには洋裁でもと、着物を洋服にリフォームし、柄合わせに苦心しながら仕上がりを楽しみ着心地の良い服に自己満足しています。何時も健康で元気に日々過ごせるよう願っております。

## ◇ 岡本 慶四郎 (松山市)

電電公社を退職して早くも二十年余。

その間、町内会や土地改良区のお世話をし、苦勞もありましたが、結構多忙でボケ防止にも役立つことと思います。今はこれらも終え約三反の田畑を友に、毎日水の管理や雑草とのたたかいです。

畑で採れた野菜などを東京の孫たちに送るのが楽しみです。(親馬鹿か)又、月一回開くOB仲間との懇親会で情報交換や友情を温めている現在が、何よりも健康で幸せであると同僚諸兄に感謝している今日この頃です。電友会諸兄姉のご健康をお祈りします。

## ◇ 賀川 明孝 (徳島市)

昨年暮、心臓の手術で二カ月余に及ぶ入院生活をしたが、お蔭で、その後のリハビリですっかり元氣を取り戻すことができた。

しかし、体重が八キロも減量しなかなかな元にもどらない。そろそろ秋に備え、打ち放し

で練習を始めたが、体が乗らず全く飛距離が出なくて残念。

最近、ボケ防止に始めたパソコンにはまって家内共ども夢中になったり、また、今話題の小型車「フィット」が届いたので、近廻りのドライブを楽しんだりしている。

## ◇ 川見 進 (山川町)

退職当時は、地域社会とのかかわりを多く持ってきましたが、老境に入ってから、午前中は家庭菜園を、午後は読書や公民館での囲碁集会に出かけることの多い毎日です。

在職中から、蓄膿症、気管支炎、肩こり、退職後は頭痛、前立腺肥大と軽症ながら多くの持病をもっていました。「水のみ健康法」をはじめすべて解消。その自然治癒力に驚いています。これを続けて十二年、お蔭で医者と薬に無縁の生活が続いています。

## ◇ 西照 馨 (小松島市)

私は、退職後六年を過ぎました。後になる

と月日の過ぎるのは早いものです。わが家には五才の孫娘と一才半のやんちゃ坊主が居ります。一人は四年前から、一人は今年四月から保育所に通っております。この二人を保育所へ送り迎えすること等に毎日明け暮れております。

二人でやっても結構疲れます。が、心は大泉さんの「孫」の歌……です。

## ◇ 齊藤 秀雄 (善通寺市)

公社を退職しOB生活十六年目。今なお在籍三十有余年の思い出が次々と想起される今

日この頃です。これも健康なるがゆえの感想の一駒と解しております。

さて、与えられた恵みの体調をいつまでも保持する為、歩け歩きの運動に精出しています。周囲二軒程の山道、総本山香色山のふもとにある通称ミニ八十八ヶ所参道、もう一方の頂上に通じる一軒余りの登山は、トレニングの好場所です。

頂上で眺める瀬戸の島々、多度津、丸亀、坂出へと伸びる景観の素晴らしさ、眼下に広がる大師の町、これが私の故郷善通寺です。

## ◇ 坂井 鬼子夫 (大洲市)

退職してから早二十五年の月日が過ぎ、その間に、足のケガをしたり、食道の手術をしたりしましたが、現在はなんとか健康です。自分の健康維持も考え、妻と二人で真向法体操の指導員として頑張っております。

地域では、十年間区長を務め、今年八月二日大洲市から感謝状をいただきました。又、老人会の会長や交通指導員としてできるだけ社会参加するよう心掛けております。お互いに健康で幸せな日々を送りましょう

## ◇ 橘 馨 (高松市)

退職して早二十年が過ぎました。

今年には喜寿になり、重ねて金婚を迎え、電友会、N T T、N T T退職者会等より有難く祝賀を頂きました。

お蔭様で病気はなく、毎年の基本健康診査での数値は良好です。

ただ体力的には肩腰足目とやや衰え、趣味の漆作品を整理したり、しようもない園芸な

ど、じっとしないで、暇をつぶし楽しんでおられます。  
皆様のご健康をお祈りします。

◇ 田川 実 (池田町)

五十一才で退職して早八年になります。  
三年目に脳梗塞で倒れましたが、今は嘘のようにほぼ健康を取り戻しました。  
若干後遺症が残りますが、今は第二の職場(池田警察署)の方でお世話になっており、仕事をしながら早く元の健全な身体になろうと闘っているところです。(仕事を終えて四キロを歩いて帰っています)

倒れて初めて健康のありがたさに感謝すると共に付添看病した女房にも感謝しております。  
皆様のご健康をお祈りします。

◇ 玉井 弘 (松山市)

時の流れは早く、退職して十一年が過ぎました。  
退職後も、N T T 関連の組織の方々に、親切にして頂き、感謝、感激の日々で、今日にいたっています。

子供達も、夫々一家を構え、孫三人。老妻と二人きりの生活ですが、退屈することもなく、毎日を楽しんでおります。  
健康のため、週一回のゴルフと、一時間程度の散歩を妻と一緒に仲良く? 続けています。  
電友会の皆様も、お元気で過ごし下さい。

◇ 千代田 富栄 (宇和島市)

退職して十五年が過ぎ、二人の子供達も独立して家庭を持ち、今はジイとバアで暮らししております。

健康管理にと週三〜四回二人で歩いておりませんが、気持ちは若くても体はついて行けず、歩く速度が遅く感じられる毎日です。  
旅行に行くための下準備だと話し合いながら続けております。同じ年に退職した仲間九人で月一回の昼食会を楽しみ、近況報告など話し合いながら、次回も元気で参加できるといいねと続けております。

皆様時節がらご自愛されお暮し下さいませ。

◇ 筒井 弥生 (高知市)

早いもので退職して二十年余りになります  
が、その間おかげ様で大病などすることもなく平穩無事に過ぎてまいりました。

それにしても今夏の猛暑は身にこたえ、少しバテ気味で又ひと回り細くなってしまうました。趣味で始めたお稽古事も今では社交の場として楽しんでおります。

これからも健康維持を第一に明るく元気な日々を送りたいと願っております。  
皆様もどうかお体を大切にお暮し下さい。

◇ 壺内 沛利 (今治市)

N T T を退職後、第二の職場も平成十一年に退職。その年十月に狭心症と下肢動脈硬化症の手術。その後経過は良好ですが、再発の可能性もあり通院を続けています。

子供達はそれぞれ独立し都会生活を続け、二人だけの生活ですが、長女は近くの町に住

み孫達もよく来ます。夏休みには揃って帰省賑やかに、海にプール、又、車でのドライブと、一泊旅行など楽しい毎日でした。  
加齢による体力の衰え、足の老化防止にと散歩の毎日。健康に気を付け頑張っていると思います。

◇ 中原 義隆 (高松市)

エッ、「喜寿祝い」九月の誕生日まではたしか七五才のはず、そうか数え年で七七才、たしかに年をとりました。

退職した頃はヨーロッパの山々歩きや古城めぐりなど十回、延べ二百三十八日の海外旅行も苦にならないほど元気でした。最近はおっぱら国内旅行と、歩く会で、ボツボツ後からついて行くのがせいっぱい。しかも膝にサポーターでは様にならない。家庭菜園とパソコンでの Web 歩きが丁度いいのかな。

電友会の皆さん、いつまでもお元気で人生をお楽しみください。  
大正生

◇ 奈良 正雄 (三木町)

会報を毎回楽しく拝読していますと、皆様健康管理に留意され、元気で過ごし様子がよく分かります。私は平成三年に N T T を、十二年にドコモ関連会社を退職しました。

退職時は人生の終着駅に着いたような妙な気分になり、在職中に作成した退職後の計画書は役に立ちませんでした。時間の配分に迷いながら今頃やっと落ち着いた次第です。

そんな訳で日頃は趣味の詩吟、畑の雑草退治、たまに魚釣りが定番になったようです。  
皆様体を大切にお元気で過ごし下さい。

## ◇ 浜崎 時 (高知市)

早いもので退職してから二十年が過ぎました。平成元年から五年にかけて思いがけなく入退院を繰り返しました。少し後遺症が残りましたが、今は元気で頑張っています。

楽しみといえば、月一回十人位の仲間と都合のよい家で座談会をして楽しく一日を過ごしています。次の座談会が待ち遠しいくらいです。

私は草花が好きでいろいろ植えています。花を咲かせるのは難しいです。この頃は差し芽をして友達に分けてあげるのも楽しみの一つです。

どうか皆様何時までもお元気でネ。

## ◇ 平野 穎一 (鳴門市)

退職を機に西欧文化を学ぼうと徳島大学に入り、現在は神戸大学大学院修士課程でフランス史を研究しています。

また、この八月からはフランス(ストラスブール)に留学し、語学研修を受けながら、史料収集を約一年間行うことにしています。N.T.T.の三十二年間、結構楽しい人生を送らせて貰いましたが、第二の人生も、それに劣らず充実した生活を送らせて貰っています。

## ◇ 兵頭 賢 (吹田市)

六十五歳の誕生日を機に、ヤル気のももりで始めたこと、それは「ゴルフ」。

クラブを振ると空を切り、芝土を耕やし、山肌を削るが、ボールは微動もせずに、あるじを見上げて嘲笑する。かつて著名な元三越社長、岡田某の言葉「なぜだ！」を重ねつぶ

やく小生。

電友会高知OBネット上、廣江先輩が披露の「ゴルフ名言集」の数々、曰く、上達に近道は無い、等々、反芻・拝読をいたしております。ハイ。

## ◇ 松原 隆茂 (松山市)

古稀に至れば悟りの心境に、と思っていたが、凡人ですね、いまだに迷いの多い日々を過しています。悲しいことに「ともがき」の敬弔欄を見て、あと何年位かな、と計算をするのです、知人の分も。

糟糠の妻と共に馬令を重ねて数年前より版画をやっています。計算がうまく行けばラスト二三年は温泉めぐりを満喫しポックリ：なんて最高！ いやはやどうにもならない凡人ですね……

皆様方のご長命を念じつつペンを置きます。

## ◇ 真鍋 努 (高松市)

電友会の皆様お元気ですか。平成三年に退職し、第二の職場である西日本ビル管理を平成十年に退職してから早や三年が経ちました。お陰様で元気で暮らしています。

現在は、ボランティアN.T.T.高松OB会で活動するほか、電友会園芸クラブに入会し、花木の作り方を教えて頂き、狭い我が家の庭に一年中花を絶やさぬようにする事を楽しみに頑張っています。

最後になりましたが皆様のご健勝ご多幸を祈願すると共に、元気な声の載っている電友会報を心待ちにしています。

## ◇ 森 輝子 (西条市)

退職して十年目になります。最初は一日の時間割を決め、上手に時間を使っていたが、二年目から、趣味や旅行に外出が多くなり、また、趣味が仕事のように熱が入り楽しく過ごした。

二年前、家族が大病を患い全快まで二か月かかり、考えあってテルウエルのヘルパー研修を受講した。資格を得てボランティアを考えると考える矢先、従姉が脳梗塞、その四か月後家族が心臓病にかかり介護の知識が役立つ。今は栄養士見習いで減塩食作りに奮闘している。何とか健康に過ごせるよう願う日々です。皆様お元気で。

## ◇ 八木 哲 (松山市)

昭和五十四年に退職して、石槌山を始め、瓶ヶ森・岩黒山・筒上山・皿ヶ嶺連峰等沢山の山登りをしました。百回以上です。

日曜日には妻と二人で四国中ドライブをしました。来年は七十八才になるので、車は止めようと思っています。

松山十二薬師参りや十三仏参りで、一年に三千六百五十軒以上歩いたこともあります。しかし七十才を過ぎると急に体力が衰えましてので、余生はのんびりしたいと考えております。

(13ページ下段へ続く)



テルウェルだより

「ライフアドバイザーのご案内と  
「家庭介護者教室」受講希望者の募集

(テルウェル四国)

テルウェル西日本四国支店では、NTTグループ退職者の、①生活支援、介護、育英、生き甲斐高揚等の社会福祉事業 ②火災共済終身共済等の相互扶助事業に関する照会・相談など、生活面での問題解決のお手伝いをするため、各県に「ライフアドバイザー」を配置しています。お気軽にご相談下さい。

また、ご家庭での老親介護等、いざという時のため、「家庭介護者教室」を開催することとしています。受講ご希望の方は、各県のライフアドバイザーまでお申込み下さい。

県別	氏名	電 話
愛媛	徳本 春好	〇八九一九三二一九五五
香川	福田 隆章	〇八七七八三〇二九四
徳島	大星 信宏	〇八八六五二一六三〇
高知	金子 頼章	〇八八八八五二九四一

「愛松園」盆踊り祭りを開催 (愛松園)

八月十日、介護センタ「愛松園」において、デイサービス(通所介護)のお年寄りの方々と地元東雲校区の皆様との交流盆踊り祭りが開催されました。

この盆踊り祭りは、「愛松園」の夏の恒例行事となっており、東雲校区の子供達にとっても、夏休みの楽しいイベントの一つであり、おばちゃんやお母さんと一緒に来られ、デイサービスのお年寄りと一緒に一時を過ごしました。



また、今年は近くのデイサービスのお年寄りや、グループホームの方々にも参加いただき交流を深めることができました。

「NTTグループ生活支援・介護ボランティア

「愛媛」の村尾会長をはじめ、ボランティア会員の皆さんには、前日の会場設営から当日の盆踊りの運営に多数お手伝いいただきました。

愛松園の三階各ホールでは、おでん・焼きば・うどん・ビールなど趣向を凝らした屋台なつかしい綿菓子・的当てゲームコーナー等が設けられ、楽しい雰囲気となりました。

地元校区の子供、他施設、グループホームの方々約六十名が、「話友会民踊サークル」の皆さんを先頭に、車いすに乗り、またお孫さんのような子供に手をひかれ、盆踊りの定番「炭坑節」から踊りの輪が広がりました。

踊りの合間には、屋台でおでんやジュースを買い求め、デイサービスのお年寄りを中心に、和やかな会話が聞かれました。

お体が不自由で、普段動きの少ない方が、盆踊りのリズムに乗って生き生きと踊っている姿や、昔取った杵柄で太鼓の乱れ打ちを披露して下さった方など、新たな発見に感動したり、驚かされたりしました。

当日は、地元校区の方、NTT・テルウェル社員の方々を含め、約三百名もの参加を得て盛会のうちに午後三時幕を閉じました。

「四国電友会の皆様へ」

電友会様推奨の三保険のご案内

(きさら保険サービス)

テルウェル保険事業は、「自動車保険・団体傷害保険」を中心とした損害保険を扱い、今日まで、皆様のご支援とご協力をいただき順調に推移して参りました。

しかしながら、近年の規制緩和に伴う、生損保事業の完全自由化により、競争は一段と激化し、保険業界を取り巻く環境は大変厳しい状況になっております。

今後、益々高度化するお客様ニーズに的確にお応えするには、従来の損害保険に加えて、生命保険も提供できる「総合保険代理店」へ転身する必要があると考え、テルウェル保険事業は、生命保険の代理店である「互恵サービス㈱」と合併し、七月から「きらら保険サービス㈱」として新たにスタートいたしました。

当社の主力商品であります、自動車保険・団体傷害保険・スパーがん保険は、「電友会様推奨の三保険」としてご愛顧いただき、特に、団体傷害保険については、ここ数年四国電友会様が全国第一位の加入率となっております等、ご協力に対し厚くお礼申し上げます。「きらら保険サービス㈱」は、お客様の「安全・安心・安定」を基本に、誠心誠意努力致しますので、従来に増してご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

【電友会様推奨の三保険のご案内】

一 自動車保険

NTTグループ会社が職十年以上の方を対象に、NTT現役と同じ条件で加入できます。

① 保険料は、団体割引二十七・五％（平成十三年十一月一日から適用）

同居の親族・別居の扶養親族が所有する車も、同じ割引率適用

② 保険料の支払いは無理なく十二回分割

口座引き落としで、便利でお手軽  
③ 他の保険会社から乗り換えた場合も、無事故割引は、そのまま継続  
④ 幹事保険会社は、東京海上火災保険㈱  
⑤ 募集期間は、随時OK

二 団体傷害保険

会員又は、会員の家族であれば、年齢に関係なく加入できます。

① 保険料は、団体割引二十八％

② ワイドな補償付きで、各種オプションのほか、有利な夫婦コースも用意

③ 幹事保険会社は、安田火災海上保険㈱  
④ 募集期間は、毎年一月～二月（募集案内は平成十三年一月に送付します）

三 スパーがん保険

満三歳～満八十歳の方が加入できます。

① 保険料は、団体割引約七％  
② 手続きは簡単で、「告知書」に記入するだけで、医師の審査は不要

③ 「特約MAX」を付加すれば、病気のケガの保険をプラスできる

④ 保険会社は、アメリカカンファミリー生命保険会社

⑤ 募集期間は、随時OK（募集案内は平成十三年一月に送付します）

◎お問合せは きらら保険サービス㈱

四国支店へ

電話 ○八九一九八―三九七七  
FAX ○八九一九八―三九一七

（11ページ下段から）

◇ 山田 良昭 （多度津町）

第二の職場、NTTドコモでお世話になり退職して四年。この間、世界中に六百三十件余りある、ユネスコ世界遺産の旅を少しづつ続けています。

四年間で四十一件ですが、この眼で確かめた感動と衝撃を脳裏にしっかり蓄え、余生のために積立てています。

また、近々家内と二度目の四国八十八カ所参りを始めたいと思っています。今後とも、健康第一、無理せず。焦らず、のんびり過ごしたいと念じています。

最後になりましたが、皆様方のご多幸をお祈りし近況報告と致します。

◇ 山本 顕 （松山市）

公社を退職してから、飲み屋のオヤジ、水道検針員と仕事を変えて約二十年。やっとこれで身の置き所も決まったと思った矢先、体調をくずし、五ヵ月近くの入院生活、その間七回もの手術に耐え、臓器の一つを摘出し、今春やっと退院にこぎつけた。

電友会から喜寿祝を、また松山市からも近く長寿祝いをいただけると聞いております。昔日のおもかげは無くなったが、折角授かった余生、何とか有意義に送りたいと思っています。

▽次の方の原稿は、次号とさせて頂ました。

荒井和子様 川井一雄様 坂本満徳様  
檜垣一夫様 山平義和様 葉師寺八重子様

## M・Mコーナー

## インターネット時代

徳広 孝敏 (高知市)

「ポケ防止はインターネットで」を投稿したのは随分前と思っていました。振り返ると見るとわずか一年余でした。自ら「ポケ防止」と題して置きながら「我がポケ」は容赦なく進んでいるようです。

記事を読み返してみると、当時夢のサービスと思っていたブロードバンドの「ADSL」や次世代携帯電話の「フォーマ」はもう現実のものとなりました。新サービスの導入のスピードに只々驚くばかりです。

私たちはNTT・OBであるが故に、このようなITの新サービスには大きな関心があり、また魅力を感じます。そして低料金で提供してくれる日を待ち望んでいます。

最近では、いろいろな企業がサービスを始めるようになりまし。NTTも負けじとばかり値下げに踏み切っています。安いに越したことはありませんが、コストに合わない料金では長く続きません。すでに企業ごと身売りせざるを得ない会社も出始めました。

NTTは、開発から普及まで国のITインフラを担っています。組織が大きく変わったら大幅なリストラ案が出ていますがピンチはチャンスです。競争に打ち勝つてより良いサービスの提供と立派な企業に変身して頂きたいと思います。

さて、私たち高知電友会OBネットも十七

名でスタートしましたが、現在では六七名の大所帯になりました。会員の協力の賜物です。電子メールは捌き切れなくなり「OBネットメールマガジン」に切替えました。又、念願のホームページも開設しわずか半年で三千余の訪問を受け盛況です。毎月の勉強会で新鮮な情報に触れ、時代遅れのお年寄りにならないよう頑張っているところです。

## サークル紹介

## 社交ダンス愛好会

五藤 哲雄 (松山市)

私達の会は、NTTのOBを中心に、NTT現役およびその家族等、NTTに関係を持つ方々が、社交ダンスを楽しむ家庭的な集いです。

毎週土曜日、午後一時から三時間、レッスンははじめ自由に踊るダンスタイム、会員相互の情報交換と親睦を図るお茶の時間をおりませ、心地良い汗を流しております。

発足から十一年を経過し、部外愛好者との交流。パーティや毎年恒例の忘年クリスマスパーティーなど、楽しく活動しております。

最近、ダンスは「豊かな美と娯楽性を兼ね備えた芸術的スポーツである」と言われ、映画「シャルウィダンス」やNHKの教育番組で「頭と体をバランスよく使うので、知らぬ間に若さを取り戻す素晴らしい趣味」と強調されたり、高齢化社会での優れた趣味の一つであることに間違いありません。

ダンスは明るく爽やかなスポーツで、オリンピックの正式種目となる日も近いと言われております。

現役時代はわき目もふらず仕事に専念、いざ退職してみると熱中できる趣味がなく、テレビが友の毎日となつては大変です。

「日落ちて暮れるにはまだ遠し」というテレビドラマがありました。これからの時間は十分過ぎるほどあります。自信とバイタリティに満ち、チャレンジしてきた若き日を思い出し、今度は自分自身のためにチャレンジしようではありませんか。

好きな音楽に身をゆだねてステップを踏むとき、生きる喜びと若者にかえったようなトキメキを覚えるダンスの楽しさは、実際にダンスをした者でないと判つてもらえないと思います。

さあ、「考えてみるか」ではなく「やってみるか」で一人でも多くの方々と、この素晴らしい楽しみを共有出来るよう、皆様の入会をお待ちしております。

## 表紙の言葉

来島海峡大橋 八束 幸信 (松山市)

長年の夢だった、今治―尾道間の「しまなみ海道」が平成十一年五月一日に全線開通した。その中の「来島海峡大橋」がライトアップされると聞き、早速撮影に行った時のものです。



俳句

(香川)

仰向けに落ちていて蟬手にする 赤井 唯好  
 今年また此処に咲きおり曼珠沙華 池田 治豊  
 雨もなく今年の西日こたえるわ 河端 豊  
 朝市の手加減に盛る秋茄子 四宮 博  
 縹雲湧きて音つぐ水車小屋 谷條 昭平  
 寺の門しまりかなかなつくつくし 土居 松風  
 朝霧や小字は屋根の二つ三つ 中山 忠彦  
 風と居てコスモスといて安らぎぬ 東原シズ子  
 三井 昭  
 麦笛や故旧らの面なつかしき 村尾 和子  
 蟬しぐれ泣く嬰をあやす三才児 横田 浩  
 何時すみしともなく済みし遠花火

物故者叙位叙勲

従六位 穂坂 昇様  
 勲六等瑞宝賞 吉川 寿一様  
 勲五等瑞宝賞 白石 尚弘様

敬弔

氏名	逝去年月日	幹歳	生前の驻地
上脇 光生様	13・7・4	72	松山市
末久 安広様	13・7・10	76	丸亀市
弘瀬 千尋様	13・7・12	75	高知市
小田原通泰様	13・7・16	70	松山市
堀口 義則様	13・7・19	86	松山市
朝野 誠二様	13・8・5	68	松山市
穂坂 昇様	13・8・15	91	松山市
井内 シカ様	13・8・21	76	高松市
吉川 寿一様	13・8・24	98	高松市
村上 治郷様	13・8・28	70	松山市
白石 尚弘様	13・9・4	72	松山市
板東 茂様	13・9・5	73	徳島市
横井 均治様	13・9・18	78	多度津町

▼会員の訃報は、各県支部の事務局へ、急ぎご連絡下さい。

事務局からのお願い

会員名簿の配付について

平成十三年度版の会員名簿ができました。各種会合等を利用して逐次お渡ししております。お急ぎの方、お近くの方は、各県支部の事務局でお受取下さい。(次回の発行は、平成十五年です)



編集後記

▽牟岐町の仁田さんが「杉丸太一本乗り大会」で、優勝されたとの記事が届きました。挑戦すること七回、最高齢七十五歳で極めた頂点。「老いの一徹」に改めて乾杯したいと思います。

▽四国電友会のインターネット愛好会の会員が三百名となりました。一年で倍増です。嬉しいことに、愛好会の世話役が中心となって、各地で会員向けパソコン教室等を開きインターネット人口の増加に一役買っております。関係者のご努力に感謝します。

▽凌ぎやすい好季節となりました。夏バテの早期回復と一層のご自愛をお祈り申し上げます。(松本)

四国電友会会報 第一一六号  
 発行 平成十三年十月一日  
 編集 電友会四国地方本部  
 松山市一番町四一三  
 N T T 西日本愛媛支店内  
 電話 〇八九一九三六一二〇二三  
 メール denryukai@tru  
 st.ocn.ne.jp  
 http://www.n  
 tto-b.gr.jp/  
 N T T 四国電話帳株式会社  
 印刷

# タウンページ クラブ 会員募集中

**iタウンページ**  
http://itp.ne.jp

全国1100万件の企業・店舗情報をカバーする、いま注目のiタウンページ。会員になれば、お店や会社の様々な特徴を登録でき、ビジネスチャンスが拡大します。

お申し込みは… ☎0120-395444

- 会費になると**
- 1 フリーワード検索で検索される可能性が高いうえ、「非会員」よりも優先表示
  - 2 さらに30文字のキャッチフレーズで、お店や会社の特徴をアピール。
  - 3 写真・地図ほかの豊富な内容でPRできる詳細情報広告(有料)の掲載。

タウンページクラブ会員	
シーズン会員	10,000円/年
マンスリー会員	30,000円/年
ウィークリー会員	150,000円/年
詳細情報広告媒体料	
スタンダード	10,000円/年
Sサイズ	40,000円/年*
Mサイズ	60,000円/年*
Lサイズ	100,000円/年*
※制作料は別料金	
URL、E-mailへのリンク	
1カ所	10,000円/年
2カ所目以降1つにつき	5,000円/年
声の優先案内	
「おしえてタウンページ」登録	30,000円/年

**スタンダードイメージ図**

※右側のものは、任意のオプションが利用可能です。

〇〇寿司	.....
住所	.....
アクセス	.....
電話番号	.....
FAX	.....
営業時間	.....
休日	.....
特徴	.....
サービス・特徴	.....
店舗名称	.....
営業業	.....
詳細情報	.....
予算	.....
予約・決済サービス	.....
取扱い商品・サービス	.....
URL	.....
E-mail	.....

**Sサイズ**  
画像3点  
+  
250文字

**Mサイズ**  
画像6点  
+  
500文字

**Lサイズ**  
画像6点  
+  
500文字  
+  
マルチメディア  
(動画や音声)


URL  
E-mailへのリンク

インターネットタウンページ

**フイチャー**

リーズナブルな料金で家庭的イタリアンを味わえます。

ご案内



サービス

ホームページサービスへ  
予約専用ページへ  
メニュー一覧ページへ

**新サービス**

ホームページとして活躍! **iタウンページナンバーサービス**

http://tel.itp.ne.jp/0123456789 ※iタウンページ広告(スタンダード・S・M・L)をご契約の場合で、そのいずれかを「電話番号付URL」で表示できるサービスです。

**NTT四国電話帳株式会社**

代表取締役社長 杉本 价寛

〒791-0296 愛媛県温泉郡重信町田窪1940-1  
TEL(089)990-7500 FAX(089)990-7509

- 広告事業部 広告企画部 / TEL(089)990-7510 FAX(089)990-7519
- 生産事業部 営業部 / TEL(089)990-7555 FAX(089)990-7559
- 顧客情報事業部 タウンページセク / ☎0120-506309 FAX 0120-817548