

四国霞友会会報

第 1 2 2 号
 平成 15 年 4 月

目 次

NTTグループの動き	2
平成十五年度事業計画	2
会社紹介	3
NTTビジネスアソシエ四国	3
お知らせ	4
NTT西日本の福利厚生施設の廃止について	4
支部総会のお知らせ	4
第十一回編集委員会、平成十四年度事務局長会議	4
及び平成十四年度第二回理事会の模様	4
支部だより	5
NTTプラザお別れ会	5
長寿のお祝い(白寿・米寿)	5
図書紹介	5
「句文集ふれあひ紀行」	5
健康のページ	6
地域医療とともに歩む看護職の役割	6
年金情報	6
年金の物価スライド制実施	6
ドキュメント	7
健康体操二十余年	7
私は今	8
テルウェルだより	8
「グループホーム愛松園」開園	12
ボランティア紹介	12
「ボランティアNTT須崎OB会」	13
M・M(マルチメディア)コーナー	13
デジカメの楽しみ	13
サークル紹介	14
ゴルフサークル「八一会」	14
俳句・川柳(香川)	14
敬弔/物故者叙位叙勲	15
表紙の言葉/編集後記	15

NTTグループの動き

平成十五年度事業計画

西会社は二期連続の収支均衡へ
ブロードバンド化を主眼に

NTT持株及び東・西会社は、二月十八日、平成十五年度事業計画を総務大臣に認可申請しました。

これによると、東・西とも、固定電話の縮退とそれに代わるIP系サービスの価格競争の激化によって、営業収益(売上高)が前年度(平成十四年度)実績見込みよりも更に減少する見込みです。

一方、費用は、前年度に実施した構造改革に加えて、投資の削減などの節減努力によって費用の抑制を図る計画となっています。

この結果、経常利益は、NTT西が十億円、東が三百七十億円を見込んでいます。

以下、NTT西会社の計画のポイントを紹介します。

【サービス計画】

固定電話からIPへの時代の流れに対応するため、ブロードバンドビジネスの推進を主眼としています。すなわち、「光」を中心としてブロードバンドを本格的に離陸させ、今後の収入の柱としていくこととしています。具体的には、Bフレッツ及びフレッツADSLのブロードバンドサービスの販売を積極的に展開する計画です。

一方、ブロードバンドの対極にあるINSネット回線と、IP電話への移りも予想される加入電話については純減を見込んでいます。

主要サービス計画

(単位:万回線)

項目	15年度 計画	14年度 見込
Bフレッツ	50	10
フレッツ ADSL	90	68
ブロード バンド系合計	140	78
ISDN (ネット64換算)	▲54	▲43
加入電話	▲12	▲7
固定電話計	▲66	▲50

【設備投資計画】

全体の投資額が減る中で、ブロードバンド時代に向けて、アクセス系の光化への投資を前年度よりも百億円増やすとしていることが大きな特徴です。

NTT西のエリアでは、電力系の会社が設備拡充に力を入れている状況から、この計画にした模様です。

これにより、平成十五年度末には、き線点までの光化、いわゆる「光カバ率」は七十五%となる見込みです。

【収支計画】

収益の構造が、固定電話から移動体、IP系へ急速にシフトすることの影響が大きいとされています。

トラヒック収入(固定網の通信・通話料収入)では、対前年二十%近くの減収となり、

このうえに企業の専用線利用の減を合わせると、全体で約千六百億円の減収となると想定されています。

この減収を、Bフレッツ、フレッツADSL等のIP系の販売で約六百五十億円カバーするとしています。収益トータルでは約千億円の減収は避けられない模様です。

一方、費用面においては、前年度に実施した構造改革の定着をベースに、人件費、物件費、減価償却費等経費全般にわたる削減を推進し約千億円の節減を行うとしています。

これにより、西会社の経常利益は十億円と見込み、二期連続の収支均衡を達成したいという計画です。

収支計画及び設備投資額

(単位:億円)

項目	15年度 計画	14年度 実績見込	増減額
総収益	21,700	22,660	▲960
(営業収益:再掲)	21,230	22,120	▲890
総費用	21,690	22,660	▲970
(営業費用:再掲)	21,220	22,120	▲900
経常利益	10	0	10
設備投資額	3,900	4,100	▲200
(注)	(1,400)	(1,300)	(100)

(注):アクセス網の光化投資額(再掲)

会 社 紹 介



会 社 概 要

・商 号 株式会社エヌ・ティ・ティ・ビジネスアソシエ四国
 ・所在地 愛媛県松山市一番町四丁目三番地
 ・代表取締役社長 小田 喜則
 ・設 立 平成十四年五月一日
 ・社員数 一二二名
 ・営業拠点 愛媛(松山市)・香川(高松市)
 徳島(徳島市)・高知(高知市)

は じ め に

昨年五月一日の構造改革に伴い、NTT四国グループの共通業務をベースロード業務として受け持つ地域会社として、(株)エヌ・ティ・ティ・ビジネスアソシエ四国を設立しました。

NTTビジネスアソシエ四国(以下、NTTBA四国)は、総務・人事・給与・厚生・保険・社宅管理・決算・審査・税務など、社員に関わるすべての共通業務サービスを提供します。

ビジネスアソシエの「アソシエ」は、フランス語で「仲間・協力者」を意味します。社名どおり皆さまのパートナーとして、間接部門の生産性向上とサービスのグレードアップに寄与いたします。新生NTTBA四国にご期待ください。

事 業 概 要

NTTBA四国の事業内容は大きく分けて二つに区別できます。

一つは、ベースロード業務であるNTT西日本、マーケティングアクト四国、ネオメイト四国への共通業務サービスの提供による受託業務です。

もう一つは、業容拡大による収入確保です。弊社は、総務・人事・厚生等の総務スキル及び決算・審査・税務等の経理スキルを有した人材によって構成していますので、その豊かな人材を活かした事業展開に取り組んでいます。

具 体 的 事 業 展 開

NTTグループにとって極めて厳しい経営

状況の中、NTTBA四国では、社名から作った行動指針である
 「安心できるサービス」を
 「即応」で提供します
 「親切」に「信頼」に応え
 「エー仕事」を「笑顔」でやります
 を合言葉に、「ベースロード業務の円滑な運営」を柱にして、新規事業分野へ積極的に挑戦しています。

新規事業として、地域の企業と連携した名刺の作成、販売事業へも昨年十一月から取り組み、これまで、全国のNTTBAグループ各社のうち、北は青森から南は沖縄まで計六社が来訪し、弊社の事業を取り入れようとしているなど、ますます拡大が見込まれる状況となっております。

いずれにしましても、業容拡大の成果が今後の弊社の事業運営に大きく影響していきますので、全社員がチャレンジヤーとなって、新規ビジネス開拓に取り組んでいきます。

また、「黒字化にしなければ会社の存続はない」との危機感のもと、全社員が通信教育を受講し、自学自習を基本としたスキルアップに挑んでおり、こうして誕生した社会保険労務士、行政書士、宅地建物取引主任者など、公的資格の取得者を活かした新たな事業展開も模索し、さまざまな分野におけるプロフェッショナルを育て、NTT西日本グループはもとより、地域社会に対しても「幸せ」をもたらす企業へと成長していく企業を目指して行きます。

(会議集会施設)

エリア	施設名	所在地	電話番号	備考
東 海	ベルパレス鷹匠	静岡市	廃止	
	スイートヴィラ踊り子	静岡県	0559-48-1717	※
	松原苑	名古屋市	052-322-3001	※
	リビエール長良	岐阜市	廃止	
	バルセ島崎	津市	059-225-3151	※
北 陸	ラポート兼六	金沢市	076-231-2000	※
	トークインなにわ	大阪市	06-6775-1133	※
関 西	万葉荘	奈良市	0742-26-7933	※
	京洛庵	京都市	075-231-0149	※
	トークインびわ湖	滋賀県	0749-89-1133	※
	奈良ふれあい会館	奈良市	0742-23-4121	(注)
中 国	白桃苑	岡山市	廃止	
	プラザ松山	松山市	廃止	
	プラザ高松	高松市	廃止	
四 国	プラザ高知	高知市	廃止	
	みどり荘	別府市	廃止	

☆ 備考欄に※印の施設は、平成15年4月1日以降、新たなNTT料金で営業しておりますので、料金等については、直接、施設へお問い合わせください。

☆ 「奈良ふれあい会館」については、「会議」と「宴会」のみの営業となり、「宿泊」はできません。

☆ 体育施設については、徳島体育館のほか、名古屋球場、静岡グラウンド、富山運動場、九州総合運動場、鹿児島体育館も廃止になりました。

◎ 上表のほか、保養所の最新情報は、「NTTOBネット四国」ホームページの中の「全国NTT宿泊施設リスト」をご覧ください。
ホームページのアドレス <http://www.ntt-ob.gr.jp>

NTT西日本の福利厚生施設の一部が、平成十五年三月三十一日をもって廃止されました。(表参照)

四国においては、「プラザ松山」「プラザ高松」「プラザ高知」及び「徳島体育館」が廃止となりました。

お知らせ

NTT西日本の福利厚生施設の廃止について

支部総会のご案内

各県支部の総会は、次のとおりです。

- ▽愛媛県支部 五月二十一日(水) 午前十時から
- ▽愛媛県民文化会館 午前十時から
- ▽香川県支部 五月二十一日(水) 午前十時から
- ▽徳島県支部 五月十五日(木) 午後二時から
- ▽徳島厚生年金会館 午後二時から
- ▽高知県支部 五月十七日(土) 午後三時から
- ▽高知商工会館

第十一回編集委員会を開催

二月七日、NTTプラザ松山で、第十一回四国電友会報編集委員会を開催しました。稲毛委員長(愛媛)、資延(香川)、元木(徳島)、窪田(高知)各委員と、芳野本部長、小原事務局長(愛媛)が出席し、平成十五年の会報発行計画等について意見交換を行いました。

平成十四年度事務局長会議を開催

二月二十四日、NTTプラザ松山で、平成十四年度事務局長会議を開催しました。支部から、小原(愛媛)、秋山(香川)、合田(徳島)、宮本(高知)事務局長と、地方本部から、芳野本部長、白石副本部長、藤本理事、稲毛事務局長が出席して、①平成十四年度事業計画実施状況②平成十五年事業計画策定の検討③電友会活動補償保険等について意見交換を行いました。

平成十四年度第二回理事会を開催

三月二十七日、えひめ共済会館で、平成十四年度第二回理事会を開催しました。芳野本部長、白石、森川、旭野、楠瀬各副本部長、藤本、資延、藤丸、岡林各理事と、事務局から稲毛、小原が出席し、第三十二回四国地方本部総会への提出議案、総会の運営方法、電友会活動補償保険、慶弔の運用の見直し等について意見交換を行いました。

支部だより

NTTプラザお別れ会

—— 松山、高松、高知で ——

前ページでお知らせしたとおり、四国内三カ所のNTTプラザが廃止されましたが、これに先立ちそれぞれのプラザでお別れ会が催されました。

松山は、OBの有志が発起人となって三月十二日(水)、高松は香川電友会が声を掛けて三月十七日(月)、高知も高知電友会が企画して三月十四日(金)に、それぞれ開催されました。

出席した人達は、「時代の流れの中で、やむを得ないのかも知れないが・・・」といったつも、長年、気軽に、親しみを持ってプラザを利用して来ただけに、別れを惜しむ声があしきりでした。

また、高知会場では、参加者一同からプラザの従業員の方達に、記念品を贈って感謝の意を表すシーンもありました。

長寿のお祝い

平成十五年(一月一日〜十二月三十一日)に、白寿、米寿を迎えられる方々は次のとおりです。

これからもご自愛いただき、ますますのご長寿をお祈りします。

【白寿】

(敬称略、県別・五十音順)
(明治三十八年生まれ)

(二名)

県	氏名	退職時所属	住所
畿	永井 佐加一	愛媛通信部	松山市
諏	橋田 清治	高知報話局	高知市

【米寿】

(大正五年生まれ)

(十二名)

県	氏名	退職時所属	住所
媛	赤松 正夫 石井 定治 井上 岩志 藤本 虔一郎	八幡浜電驛 " " 四国通信局 松山電報局	帆 幡 浜 " " 松山市 " "
川	香川 良信 喜田 鎮雄 増田 幸晴	琴平報話局 四国通信局 香川通信部	綾南町 高松市 " "
島	阿部 雅治 岡田 和子	徳島報話局 " "	徳島市 " "
知	大田 佳代 筒井 英敏 松本 一喜	伊予 報話局 高知報話局 四国通信局	高知市 " " 中村市

図書紹介

仲谷 昭著「句文集

ふれあひ紀行」

穴吹 義教(重信町)

句歴四十余年の仲谷さんが国内(全県)、世界(三十一カ国)の名所旧蹟を歴遊された記念として句文集を上梓された。大きく句集編と紀行随筆編に分けて編まれている。

「句集編」

国内を東日本、西日本に分けて県別に、海外を国別に分けて、句を体系化している。収録句四百五十句のうち、東日本二十九%、西日本四十四%、海外二十七%の割合を占めている。京都の二十七句を筆頭に、愛知の二句までバラツキはあるが、一県八句平均を詠んでいる。それも一回きりの旅吟ではない。例えば京都では、春夏秋冬の景が見事に描かれている。いくたびか足を運んだあかしで、しかもどの句もそれなりの推敲を重ねた跡があり、旅ごころをそそられる佳句ぞろいである。

「紀行随筆編」

前編の句のガイドめく紀行文が収録されている。「奥の細道」が脳裏を掠めるような名随筆である。電電公社在職中から、この人あり、と誉れ高かっただけに、流石に流麗な磨きのかかった文章で、句の鑑賞の一助になる。それにしても、よく広域を吟行に励まれたものだ、と感嘆するばかり。

健康のページ

地域医療とともに歩む看護職の役割

NTT西日本松山病院
看護部 平井 悦幸



保健婦助産婦看護
婦法の一部改正によ
り、二〇〇二年三月
一日から、保健師・
助産師・看護師へと
今まで慣れ親しんで
きた名称が変わり、
戸惑われたことと思
いますが、「婦」には
女性の持つ柔らかさ
という印象があり、「
師」はそのやさしさ
の上に専門職として
、また性別の枠を超
え二十一世紀にふさ
わしい名称統一であ
ると言われています。

看護婦は看護師にな
りましたが、実際は
どちらの名称と呼ば
れても良く、親しく
声をかけて戴き気軽
に相談に乗れるよう
な、看護師(婦)であ
りたいと考えていま
す。

看護は「人命を救助
し、健康を促進する
医療」の一端を担う
仕事ですが、いま病
気で弱い立場になら
ざるを得ない高齢者
のケアにこそ、看護
の専門性が問われて
いると言っています。
過言ではありません。

健康・QOL(生活の
質)向上へのゴール
に向かって、攻めの
医療と守りの医療が
あります。

守りの医療では、医
師の診断・治療技
術に大きく依存して
おり、看護職にはそ
れを側面

支援する役割があり、
攻めの医療においては、
社会復帰へ向けた支
援が主となるため、
患者さんに最も身近
な看護職に、看護と
介護の連携と地域連
携の円滑化という大
きな役割があります。
平成十五年介護報
酬改定案によると、
さらに在宅復帰と自
立支援に重点化され
る傾向があります。

来院された患者さん
に、安全で質の高いサ
ービスを提供し、安心
とより満足をして戴
けるように、また、地
域との連携を深める
努力をしているところ
です。看護部では、
病院の中での患者さん
や地域の皆さまに、
より近いところでの
活動を重視して、ノ
ーキャップ実践を
しています。

《当院の行事予定
について》
イ 産婦人科では、
昨年十二月より、
マタニティビクス
(妊婦さんのエアロ
ビクス)の開設準備
をしています。毎週
木曜日の十五時～
十六時三十分、現在
は無料体験中。と
ても好評で四月より
開設予定です。

ロ 十一月の「第七
回いいお産の日フェ
スタイバル」では、
お産劇、エアロビク
ス・アロマセラピー
の各体験、お父さん
のための沐浴・妊婦
体験、胎児心音の録
音等、安全なお産に
向けた催しを企画し
ます。(産婦人科)

ハ 五月十五日の「
第四回ふれあい看護
体験」では、清拭・
洗髪・食事介助・リ
ハビリの介助等、身
近な看護や介護が体
験できます。(看護
部)

※ イとハは、ご希
望の方を募集して
おりますので、是非、
ご相談ください。お
孫さんやご家族の皆
さま、地域の皆さま
の参加を

お待ちしております。

(連絡先)

○ 産婦人科外来

電話 ○ 八九一九三六
二四九八

○ 看護部

電話 ○ 八九一九三六
二四六五

年金情報

年金の物価スライド制実施

○・九%下げ、六月受給期から

昨年までの三年間、
消費者物価指数の
下落があったもの
で、年金の物価ス
ライド制は据え置
きとなりました。

しかし、現役世代
の賃金の低下が見
られるなか、現役
世代との均衡の観
点から、最低限の
見直しとして、今
回、平成十四年の
全国消費者物価指
数の下落分(マイ
ナス〇・九%)一
年分のみに改定
となったものです。
今回の改定は、
平成十五年四月
分の年金から適
用となるため、
定期受給の人は、
四月分と五月分
の年金受給期に
あたる六月受給
の年金から適用
されます。

六月上旬には、
年一回送付される
年金振込通知書
と同時に年金額改
定通知書が、社会
保険業務センター
から届けられます。

なお、昭和六十
一年三月までの
間に、旧三公社
の共済組合期間
が二十年以上あ
った人、みなし
従前額適用を受
けている人につ
いての例外など、
人によって違い
があります。六
月上旬に届く通
知書をご覧のう
え、疑問点は社
会保険事務所へ
照会下さい。

ドキュメント

人生さまざま・後半生を生きる

健康体操二十余年

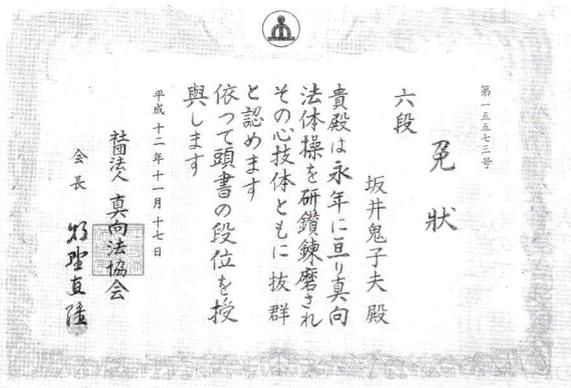
今回は、退職後約二十年余にわたって、まさしく後半生を健康体操とともに歩み続け、現在は奥さんともども指導者として活躍中の坂井鬼子夫さん（愛媛県大洲市）を紹介したい。

坂井さんが健康体操を始めたのは、電電公社（現NTT）を退職後すぐの昭和五十六年四月からである。

実は、奥さんはその前から健康体操を始めていて、坂井さんも在職中に誘われたが、仕事と両方は無理ということから退職まで待っていたとのこと、この世界では奥さんが先輩になる。

現在、坂井さんは六段の資格をお持ちであるが、一つは、全国組織である「社団法人真向法協会」からの真向法体操六段の免状（平成十二年十一月）、もう一つは、大洲市・八幡浜市・内子町・宇和町をエリアとしている「健康体操交友会」からの健康法体操六段の免許（平成十年十一月）の二つである。（ちなみに、「社団法人真向法協会」の会長は、高校野球ファンにはおなじみの日本高校野球連盟の前会長、牧野直隆氏である）。坂井さんが指導する場所は、「健康体操交友会」が担当している地域にある八力所の会

場であり、週三〜四日は予定が入るそう。奥さんと二人で出かけるということもあって遠方の会場へ行くときは、坂井さんが運転手も務める。おしどり指導者でもある。会場での指導内容（五項目）を見せて戴いた。ここに記述することは省略するが、「固い身体もこのメニューを繰り返すことで柔らかくなる」と坂井さんは力説される。



坂井さんの免状

真向法体操の理想とするところは、赤ん坊のときの身体の柔らかかさ（転んでも滅多に骨折しない）だそう。また、呼吸法も取り入れ、動作の時には号令をかけて声を出す。これらのことから、内蔵に溜まった悪玉を吐き出す。これが、自然治癒力がつく源（みなもと）と、おっしゃる。

また、坂井さんは健康体操の指導のほかには地区老人会（会員約百名）の会長を八年間務めておられる。さらに、大洲市交通安全協会の会員としても花火退会の際の監視や、交差点での交通補導も行うなど、地域社会で地道に根気よく活動されている。坂井さんは、昭和十八年十一月、海軍へ志願して入隊、愛知県の方で厳しい訓練を受けたそう。そのときに「辛抱」ということが身に付いたと。そのときに「人間、辛抱の棒」が無くなったらオシマイとおっしゃる。いろいろなることを長年続けておられる土台は、このあたりにあるのかも知れない。全国大会や研修会へは、いつも奥さんと二人で参加されているそう。『坂井さんは旅費が二人分かかりますな』と言われるんですよとおっしゃる顔は、むしろ楽しそうだった。お話をうかがう時間が長くなり、そろそろと思い始めた頃に奥さんが戻って来られた。健康体操を続けておられるからだろうか、お世辞抜きで実に若々しい方だった。坂井さんのお名前「鬼子夫」のいわれは、その昔、なかなか子宝に恵まれなかった坂井さんのお父さんが「鬼子母神」にお参りして授かったのだ、この名前になったらしいとのこと。もうすぐ満七十七歳を迎える坂井さんだが「鬼子母神」の霊験（？）を味方に、これからもお元気で、奥さんと二人三脚での指導を続けられることを祈ってお暇した。

（稲毛編集委員長 記）

私は今

◇ 伊賀 明子 (牟礼町)

月日のたつのは早いもので退職してもう五年近くなりました。

昨年六月末で主人も仕事をやめ、今は毎日日曜日の今日このごろです。

健康維持のため、朝夕、犬を連れて三十分ぐらい歩いていきます。

月に一回、友人に誘われ、お四国八十八カ所参りに行っていきます。家内安全と健康をお願いしています。

電友会の皆様のご健康をお祈り申し上げます。

◇ 井川 大吉 (松山市)

高知から帰って以来の野菜作り(二十五年)退職の年からの吟詠(十六年)、電友会を辞してより始めたウォーキング(六年)は、石手川、石手寺、動後公園のコースを日課とし、四季の移り変わりを楽しみ、健康の増進に努めております。

平凡で小さな倅を願って生きていますが、世界は過去の痛みを忘れた一部の指導者により、不気味な情勢、また、国内でも嫌な事件、事故が多発し悲しい思いです。

最後に会員皆様のご慈愛とご多幸をお祈り致します。

◇ 磯口 宣之 (徳島市)

退職してはや三年が過ぎました。毎日が日曜日の生活リズムにも慣れて、別居している両親の通院、買物等のアッシー君役は私の日

課となっています。

健康のためにと暇さえあれば、パブリックゴルフ場で打放しの練習をし、天気が良ければラウンドしております。

お陰で悪かったコレステロール値もすっかり良くなりました。今一番の楽しみは、三歳の孫と遊園地で一緒に遊ぶことです。

目下、老化のスピードを少しでも遅らせようと、色々努力している今日この頃です。

◇ 小笠原 坦 (高松市)

高松病院を退職して三年になります。一年前から、丸亀にある介護老人保健施設「福寿荘」でお年寄りの世話をしています。

痴呆系の方と身体障害の方が半々位おられます。皆、明るく「リハビリ」や「生活自立訓練」に励んでおられます。

私も心身とも自立した生活を一日でも長く送りたいので、「身心に良いことを一つでも」と思い「食べすぎに注意」と「少しでも歩く」を心に念じています。とは言え、現在までたいてい痩せていません。

◇ 奥野 敏夫 (松山市)

月日のたつのは早いもので、退職後約二十年、あっとい間に傘寿を迎えました。

その間、約二十年、大手報道関係のお手伝い、地元町内会、地区公民館の運営、松山市の広報、防犯相談などのお世話をしてきましたが、三年前に妻に先立たれたこともあり、自分の身のまわりのことや、近隣に居住している次男の子(孫二人)の世話のこともあり一昨年からの専念しています。皆様方のご健勝ご多幸をお祈り致します。

◇ 小野 雅良 (三野町)

退職の翌月、妻が体調を悪くし、入退院の繰り返し。一歳の孫を背負って病院通い、二年後に妻は他界。長男の子二人、二男(別居)の子二人、四人の孫の面倒を見ながら、家事、農作業と多忙の十年余り。少し余裕ができた治会長。今は任期満了となり、今年は妻の十七回忌。孫達も大きくなり、今は週二回のカラオケを楽しみ、友人も多くでき各種大会の世話をしている。

忙しいぐらいに身体を動かしてきたため、健康でいられるのではと有難く思っています。

◇ 加茂 陽子 (徳島市)

退職してから十年目の春を迎えました。二十数年前から続けているヨガ教室に通っているためか健康に過ごしています。

ヨガを始めた頃から日本舞踊と長唄三味線習っています。大きな舞台での披露を喜びとして、日々稽古に励んでいます。

在職中から親しくしている数人のお友達と海外旅行をされており、世界各地のすばらしい風景に感動したり、買い物などして楽しんでいきます。さて、今年は何処の国に旅行しようかなア!

◇ 木村 義典 (香川町)

平成四年、NTT四国支社からNTTドコモ(中央)へ出向し、その後引き続いてOBとしてドコモ四国で七年間勤め、平成十二年に定年退職しました。

現在は、サラリーマン時代と違った分野で世の中に少しでもお役に立てばという思いで社会保険労務士をやっております。

お陰で健康に恵まれており、これからも県外に住む孫たちとの交流を楽しみ、成長を見守りつつ、ゴルフや野菜作り、家族旅行などなど自由気ままに過ごしたいと思っています。

◇ 後藤 陽子 (多度津町)

会報が来ると先ず敬弔欄を見て、知った方の名前があると在りし日の面影を懐かしく思い出しています。

この四月から医療費が一部負担の年齢になりました。まだ若いつもりだったのに・・・今、歩行困難な義母を夫と二人で介護しています。昨年は、梶が森、伯耆大山、小豆島の寒霞溪と車椅子で遊びに行きました。ストレスもありますが、元気に頑張っています。

どうぞ皆様もお元気で過ごしてください。

◇ 佐藤 興昌 (北島町)

第二の職場ではや六年目を迎えようとしています。元気に勤められることを有難く思う日々です。

休日を利用して、休耕田を借り受けての収穫の喜びを味わったり、愛艇を繰り出し、青空の下を白い波をたてて海上を突っ走るのも楽しみな一つです。

時折、県外から訪れる外孫達との交流も大きな喜びとしています。

退職を前にして、家族に心配をかけるような命拾いをしたことから、一病息災健康第一を心がけています。

現在、パソコンによる家族間の情報化に取り組んでいます。

◇ 篠原 景子 (徳島市)

平成五年十二月退職、今年にはや十年目となりました。

最初は仕事から解放され、物珍しくいろんな所へ行ったり、手を付けてみたりで落ち着けない毎日でした。

今は素晴らしい先生や友達に恵まれて、上達は度外視で楽しく日舞とお茶に通っています。"OBサロン"という恵まれた環境に感謝し、現職の皆様が一生懸命努力されているからこそ思っています。

これからはデジタル放送時代。前だけは見つけていきたい。

◇ 清水 勲 (西条市)

皆様お元気ですか。私は平成十二年初めに難病が出ました。診断の翌日から、妻の"鬼軍曹"が始まり、朝夕三十分ずつ体操を拷問のような日々。一年後からは、ウォーキングを始め、現在は殆ど平常に戻り、医者診察と薬、そして家内の協力で運動を続け、車もバイクも安心して乗れるようになり、字も書けるようになりました。

野菜作りも人並みに作れ、昨年からは、実物の鉢作りの取木、接木を再開。動ける喜びを感じています。

◇ 高砂 博 (野市町)

転勤生活から解放されて、海・山と暖かさ求めて、長野から高知に移り住み、早くも十年になりました。

在職中に夢見た老後の生活は、厳しい経済情勢により、遠く及ばないものとなり、さらに最近になって南海地震の再発が予告され憂鬱です。

そのうえ老年とともに、確実に、身体のおちこちに不具合が出てきて、今はもう、テレビ・ラジオの視聴と新聞・雑誌に眼を通す程度の生活ですが、これまで来たことに感謝し、穏やかに暮らせればと思うばかりです。

◇ 坪内 多三郎 (伊予市)

退職して三年目に、胃潰瘍の手術をして二十年経過しました。年一回の定期検査により再発もなく過ごしております。

お陰さまで、七回目の未年に当たり、懐古趣味に耽るようになりました。郵便切手類、写真等ストック品の整理に取り組んでおりませんが、遅々として進まずです。

部落の雑役も一通り果して隠居の身である現在は、孫娘(中二)の愛犬ビッグルめす五歳の散歩、日の入り前一時間が健康法の一つです。散歩仲間五、六名に出会うのも楽しみです。

◇ 永井 恒子 (松山市)

退職を機に、趣味でしていた戸塚刺しゅう研究会の師範免状を修得して七年。毎年一週間、デパートで開催する展示会に向けて、作品や売品作りに、日々を過ごしていましたが、少し体調を崩したので、三月で退会することにしました。しばらくは生活のリズムを整えて、のんびりしたいと思っています。

◇ 中原 一儿 (小松島市)

退職して三年になりました。初めの内は、毎日の休みが楽しく感じましたが、今になり仕事に行っていた日が懐かしく思います。最近、竹細工で虫を作ってみようと思いい、毎日、虫と睨めっこしております。いかに本

物に色彩が似るか、一匹仕上げに半月もかかる始末です。いつか、展示会ででもしたいと頑張っております。

◇ 浜田 陽子 (高知市)

早咲きの桜も咲きはじめ、春の足音が聞こえて参りました。退職して七年目を迎えようとしています。百点満点とはいきませんが元気です。3B体操、ヨーガ、日舞と体を動かしています。

昨年は、国体の開会式やボランティアに参加して、よい思い出になりました。これからも電友会の旅行や月一度の四国霊場めぐり、そして時折上京して孫の顔を見ることが、私の暮らしに楽しみを与えてくれることでしょう。皆様にも笑顔の日々が沢山ありますように。

◇ 林 實 (日高村)

求めて動けば暇はなし、休日なしがOB。日高メダカ池のグランドワーク。水道検針約四百戸、これらはOBシルバーの仕事。

土に親しむ島作業、剪定など近所の農家を見ては遅れ気味で追いかける昨今。年寄りの世話は順送りです。孫が来れば家の中はメチャクチャ、花が咲いたようで楽しいものです。

これに週一日の中国語(麻雀)研究。その他の時間は「居住郷の歴史」豪族の争いに踏み荒らされたであろう故郷の歴史調べ、三年でまだ完成せず。現役時の力不足反省しきり。

◇ 原田 幸枝 (城辺町)

早いもので、退職後四年が過ぎました。退職の年の十月から愛媛県の高齢者大学の

受講をはじめ、一年後からそのOB活動として陶芸を楽しんでいます。駄作ばかりですがクラスメートのおしゃべりを楽しみに、最終三年目、月一回、松山へ通っています。

ほかに、健康維持のため、硬式テニスを始めました。なかなかうまくならず、相手チームを喜ばせています。これが楽しくて、体を動かせるうちは動こうと頑張っています。わが家を留守にすることが多い毎日です。

◇ 檜垣 博 (松山市)

早いもので退職して十八年が過ぎ、喜寿を迎えました。現在は町内会のお世話、家庭菜園、趣味のテニス、小旅行など忙しい毎日です。

ある有名な方が「青春とは人生のある期間ではなく、心の持ち方を言う。年齢を重ねただけで人は老いない。理想を失うとき初めて老いる」と話されました。私はこの言葉をモットーとして、これからの人生も明るく楽しく元気よく、今を大切に生きていきたいと思っています。

皆様方のご健康をお祈りいたします。

◇ 平嶋 日出子 (東かがわ市)

孫の手も離れ、最近は大と散歩する毎日で。ビッグルの雄四歳で名前はチヨコです。朝夕の定時になると「散歩の時間ですよ」と喉を鳴らして催促されます。田んぼ道を歩く、また、一、二と声をかけると大は走り出す。

私は少し汗ばみながら歩く走るの繰り返しです。よく目眩がしたり血圧が上がったり体調がすぐれない時期がありました。最近は大と散歩のお陰で身体の調子もよくなり喜んでいます。

これからも大と一緒に歩き続け何時までも健康でありたいものです。

◇ 藤田 茂年 (松山市)

昨年八月、体調が悪く検査の結果、S状結腸癌の診断で、開腹摘出手術を受けることになった。肝臓にも転移していて六時間におよぶ大手術となった。しかし、幸いにも予後は順調で寝込みもせずに、普通に生活している。考えてみれば、早くからそれなりの兆候はあったのに、医師の指示を聞かず、極端な検査嫌いで、各種の検査を拒否していたのが禍いしたのである。

結局、命に関わる病状にしたのは、自業自得であるということを痛切に感じ、反省しきりというのが現状であります。

◇ 藤本 邦彦 (徳島市)

退職して八年が経ちました。その間、第二の職場も五年程勤め、これも退職し一年が過ぎました。現在、還暦を通過し、「毎日」が日曜日。自由時間を満喫しています。

現役の時から狭心症の治療で病院通いですが、幸い今のところ元気です。最近、興味を持った家庭菜園と料理教室での料理作り等安心な「食」を家庭へと励んでいます。

なにはともあれ、趣味をとおし、明るく元気に過ごせる日々を感謝する現在の小学生であります。

◇ 堀 ヒロ子 (松山市)

電友会の皆様、お変わりなくお過ごしのことと存じます。毎号、このコーナーで皆様の近況を拝見して懐かしく思っております。

お陰さまで、私は身体の方はいたって健康で、年に二、三回の旅行と、週一回のパソコン教室と運動教室に通っております。

一人暮らしにもすっかり慣れて、読書、音楽鑑賞（ロック）、ゲーム等気儘に過ごしております。

皆々様のご多幸を心からお祈りしております。

◇ 真鍋 俊朗 (松前町)

☆業リタイヤ後四年。地域役員を経、社会環境問題に取組中(世の為) ☆高齢者宅など庭木剪定、ボランティア活動(NPOではない)を継続中(人の為) ☆通信局当時(S三十九年前後)、油絵サークルでの処女作を眺め、やおら三十八年振りの画筆。? 展出品に向け自前レッスン中(以下、趣味三昧)(個の為) ☆家庭菜園、かんきつ類を栽培、自画自賛の出来、友人に産直、よろこばれて我樂しからずやの今。ゴルフ中退、鍛に。土いじりは健康にプラスワン。さつき盆栽三十年継続中。 ☆子供達、知人とのテニス：汗さわやか気分が一服の清涼剤・・・の今デス。

◇ 三谷 春子 (多度津町)

私は退職して二十五年程になり、孫四人で二人は大学、高校、中学でとても嬉しい。でも、三年前に脊柱管手術。良くならず、今は耳鼻科へ。内耳が悪くメニエル病で、昨年は入院の繰り返し。吐き気を伴う不安感、恐怖心で「生活の快適さ」がなくて悲しかったが、この頃は少し良くなりかけたか？病気がのお付き合いも上手になりました。 プランターの花いじりが好きで、いろいろ植えています。

皆様も健康に気をつけて下さい。

◇ 美濃 信子 (高松市)

毎日がサンデー！バンザイ！して八年が過ぎました。四季の山の花を追いかけ、ボケ防止にと始めた大正琴、拓本を楽しみ、詩を吟じ、いろいろ挑戦してきました。

最近、野菜作りに収穫をよろこび、孫達とメール交換するのが楽しくなり、基礎的なことをサロンで受講し始めました。一日の間がもっと長ければ良いのと思いつながら・・・。楽しみが苦しみにならぬよう、マイペースで生きたいと思えます。週に二日やってくる九十五歳の母親と口げんかをしながら。

◇ 山下 稔 (高知市)

早いもので退職して五年を過ぎようとしております。おかげさまで病気一つせず、元気で日本メックスに勤めております。

中学、高校(二年生で退部)と野球をやっていた関係で、少年野球を三十数年間指導しております。その間、家庭サービスは一切しておらず、妻や子供達には済まなく思っております。練習は、土、日、祝日で「ノック」「バットイングピッチャー」に、そして子供達と一緒に走りまわっております。大会は年間十試合ぐらいです。 サアでかけよう。

◇ 山本 晃 (藍住町)

中性脂肪、生涯自歯、腰痛対策などの健康管理の徹底。頭の健康と暇対策のため新聞・衛星放送等による経済情勢の把握、P・Cによるリアルタイムな投資情報の収集と投資の実行。趣味と実益を兼ね庭の改造と季節ごと

の庭木の手入れなど、努めて体を動かすことにしている。

季節にあつた方法で、六キロのジョギング、器具使用の腰痛体操、テープによるラジオ体操等を習慣定着させ、我が生涯の趣味であるゴルフを、体、技、心、一体で八十歳まで出来るよう頑張っています。

◇ 横田 佐造 (田野町)

早いものでN.T.T退職後十六年たちました。職場を去って、気の弛みか脳卒中で倒れましたが、幸いにも元気で小康を保っています。在職中は、工事監督の先輩の助手をして用地折衝に携わって積滞解消や全国即時通話の普及に寄与できたこと等、また、電通合理化の一翼を担ったこと等、今以て誇りに思っています。 おまけの人生、有意義にと懸命です。

◇ 吉村 民男 (土佐市)

退職してアツという間に五年が過ぎました。これといった再就職もせず、庭園技能士の通信訓練を受講しながら、知り合いの造園業を手伝いに行った関係で、造園、剪定等の実務も経験し、やっと一人前になりました頃、けんしょう炎(ハサミの使い過ぎ?)を起こしてリタイヤ。

現在は、先輩の経営する会社へ月に十日程度手伝いに行きながら友人・家族等と日帰りや泊旅行に出かけたり、孫と遊ぶ日々です。何はともあれ至って健康で、還暦の厄年も無事に抜け、好きなビールを存分に飲んでいきます。



テルウエルだより

「グループホーム愛松園」
平成十五年二月一日開園

テルウエル西日本(株)四国支店では、平成十五年二月一日「グループホーム愛松園」を松山市喜与町（NTT西日本松山病院前）に開園しました。

開園に先立ち、一月三十日、NTT西日本愛媛支店伊藤支店長、電友会四国地方本部芳野本部長、(財)電気通信共済会本部福澤会長等多数のご臨席をいただきオープンセレモニーを開催しました。

まず、テルウエル西日本(株)四国支店梶田支店長が、「グループホーム愛松園では、痴呆症の高齢者の方が数人のグループとなり、家庭的な落ち着いた雰囲気の中で、ケアを受けながら共同生活をしていただき、自分で参加し行動できるように、自立のお手伝いを目指したい」と、施設の開園趣旨を述べました。

また、ご来賓の方々からは、愛松園が、時代に合った痴呆高齢者の介護施設として、今後、適切な施設運営を行うよう、激励の言葉をいただきました。

セレモニーに参加した愛松園のスタッフ一同は、「入居される方の自立性を尊重し、温かく、心のこもった介護」を合言葉に、日々の対応を行うことを誓っています。

なお、共済会本部からは、グループホームと同時にスタートした「デイサービス」の送迎用福祉車両（一台）の贈呈を受けました。

「グループホーム愛松園」
順調な滑り出し

「グループホーム愛松園」では、第一次募集のユニット（定員九名）は、開園一カ月で満室となり、順調にスタートしています。

四月一日からは、第二次募集のユニット（定員九名）目について、入居される方を募集中です。

また、グループホームと同時に「デイサービス愛松園」もオープンしており、ご利用される方をお待ちしています。



「グループホーム愛松園」の居室

【グループホーム愛松園】入居者募集
一 入居できる方

- ・ 医師から軽度の痴呆症と診断され、要介護認定が一以上の方
- ・ 家庭での介護が困難な方
- ・ 自分で身辺のことがあ程度でき、共同生活に支障のない方

二 入居料金

- ・ 家賃 一カ月 五〇、〇〇〇円
(八畳個室、クローゼット付)
- ・ 光熱水費及び共益費 一カ月 一五、〇〇〇円
- ・ 食費 一日 一、三〇〇円

◎ 介護保険サービス費の割負担
その他 誕生会等行事代、理美容代、オムツ代等一部実費負担
以上、入居料金月額は、おおむね十三万円程度になります。

【デイサービス愛松園】利用者募集

一 利用できる方 介護認定を受けられた方

二 利用料金

一回当たり一、四三二円
(送迎・入浴・食事・レクレーション費用を含む)

※ 利用申込及び問い合わせ先

所在地 〒七九〇一〇八〇二

松山市喜与町一丁目八一四

(NTT西日本松山病院前)

電話

〇八九一九三四一三七〇〇

FAX

〇八九一九三四一六〇五〇

ボランテニア紹介

ボランテニアNTT須崎OB会

事務局担当 高橋 正臣(須崎市)

私達のボランテニアグループは、平成八年七月に、五十六名で発足しました。
須崎市、中土佐町、葉山村、東津野村、梶原町の一市四カ町村に在住の退職者を対象とし、かなり広範囲に及んでおり、隅田俊佑会長(東葉山村在住)の指導のもとに、会の運営を行っております。

当グループの活動の概要を紹介します。

まず、毎年夏に、須崎市の一大行事である花火大会が、須崎港周辺で開催される時、前日及び翌日に、海岸一帯の清掃活動に必ず参加することとしております。

次に、前述のエリアに在住のOBで、病氣勝ちの人や、高齢の方を対象に、この人達と特に親しい会員が、毎年一回以上訪問して、お慰めすることとしております。

また、会員個人においては、それぞれの地域で、福祉活動、環境美化、給食関係作業など数多く参加することとし、指導的役割を果たしております。

また、毎年一回、講師を迎え、ボランテニアに役立つお話をお願いして研修にも努めております。

最近では、新会員の勧誘もままならず、やや停滞しておりますが、なお、会員の増強に努力することとしております。

M・Mコーナー

デジカメの楽しみ

仲神 徳彦(伊予市)

デジカメの出現により、従来の写真は、フィルム感光乳剤に塩化銀などが使われているため、「銀塩写真」と呼ばれ、デジタル写真と区別されるようになった。

最近、電友会のパソコン教室でも、デジカメを始める人が多くなった。

その主な理由は二つ。

一 デジカメは超スナップ的にバンバン撮れる。

銀塩写真はフィルムを買ってDPEに出したら、約千円は要る。二十四枚撮りで、単価は四十円。だから、この写真は残しておくという前提で慎重にシャッターを切る。

デジカメは初期費用は多少かかるが、フィルムのコストを気にしなくていい。

今まで写そうと思わなかったバカバカしい被写体にも気楽にシャッターを切ることができる。デジカメを買って、カメラを持ち歩く機会が増えた。仕事に、遊びに、飲み会に、講演会に、コンサートに、家庭菜園に、散歩

に、まさにポケットカメラである。

カメラ振れ、気にしない。撮った写真はその場で見られる。つまらない写真は消せばいい。要するに、撮り方が銀塩写真と全く変わるののである。超スナップ的にバンバン撮る。これが面白い。

二 デジカメは撮影後いろいろ加工が出来る。

銀塩写真はシャッターを切ったら、あとはDP屋任せ。「ちょっと暗かったな」等と悔しがってもどうしようもない。

デジカメは写したあとに加工ができるのが楽しい。明るさ、色合いの調整、不要な部分をカットするトリミング。また、とんでもない写真と合成して、インチキ旅行記だってでっち上げることも出来る。

写してすぐにプリント出来るのもありがたい。久しぶりの来客には再会の写真をお土産に渡すことが出来る。

電子メールに載せて、写真を送るのも簡単だ。また、ちょっといい写真が撮れると誰かに見てもらいたい。インターネット愛好会のホームページには次々と作品が投稿される。

たくさんの写真の整理はどうするか。CDに焼き付けて保存することで簡単に出来る。CD一枚に何百枚もの写真が入る。このCDが一枚二十円くらいまで安くなった。

デジタル空間で遊ぶ。これぞデジカメの楽しみである。(愛媛インターネット愛好会会員)

(筆者のメールアドレス)

nakanori@star.quolia.com

☆ 編集部からのお知らせ ☆

全国の退職者向け情報誌「ゴールデンループ」のインターネット版が開設されています。ご覧ください。

(ホームページのアドレス)

<http://www.goldenloop.jp>

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。

故人のお名前 逝去年月日 享年 居住地

戸田 芳光様	15	1	1	77	松山市
森 康雄様	15	1	1	73	保内町
湯浅 静雄様	15	1	1	69	高松市
石原 博様	15	1	1	76	高松市
前田 聡子様	15	1	1	66	須崎市
門田南海男様	15	1	1	72	高知市
酒井 荒吉様	15	1	1	75	松山市
遠藤 正義様	15	1	1	82	国分寺町
加治 美夫様	15	1	1	70	高松市
武市 通保様	15	1	1	76	松前町
野口 嘉香様	15	1	1	75	中村市
橋 勝様	15	1	1	92	松山市
村上 盛秀様	15	1	1	75	松山市
松本 豊吉様	15	1	1	80	徳島市
神原 貞洋様	15	2	2	70	多度津町
高原 博様	15	2	2	85	那賀川町
安淵 堅一様	15	2	2	98	石井町
猪谷 敏昭様	15	2	2	69	高松市
三宅 登様	15	2	2	74	宇多津町
川田 雪子様	15	2	2	83	高知市
櫻井 浩様	15	2	2	75	高松市
原 鶴雄様	15	2	2	74	高知市
森 巖様	15	2	2	76	丸亀市
喜多 春吉様	15	2	2	80	徳島市
美藤 忠久様	15	3	3	86	観音寺市

物故者叙位叙勲

渡部 出男様	15	3	3	7	松山市
松嶋 清一様	15	3	3	8	松前町
山本 忠温様	15	3	3	14	高知市
藤原 春市様	15	3	3	15	高松市
堀井 隆邦様	15	3	3	27	松山市
伊井 茂夫様	15	4	4	28	松山市
齊藤 五郎様	15	4	4	5	徳島市

表紙の言葉

ひょうたん桜

西川 晴 (松山市)

国道三十三号を吾川村に入れば、見んと損するせよと言わんばかり、「ひょうたん桜」の大きな看板があります。四月に入り、車では広くない道を登っていくと、樹齢五〇年余りの大木が、威張って花をつけています。周りも良く整備されたうえに、花に感激します。

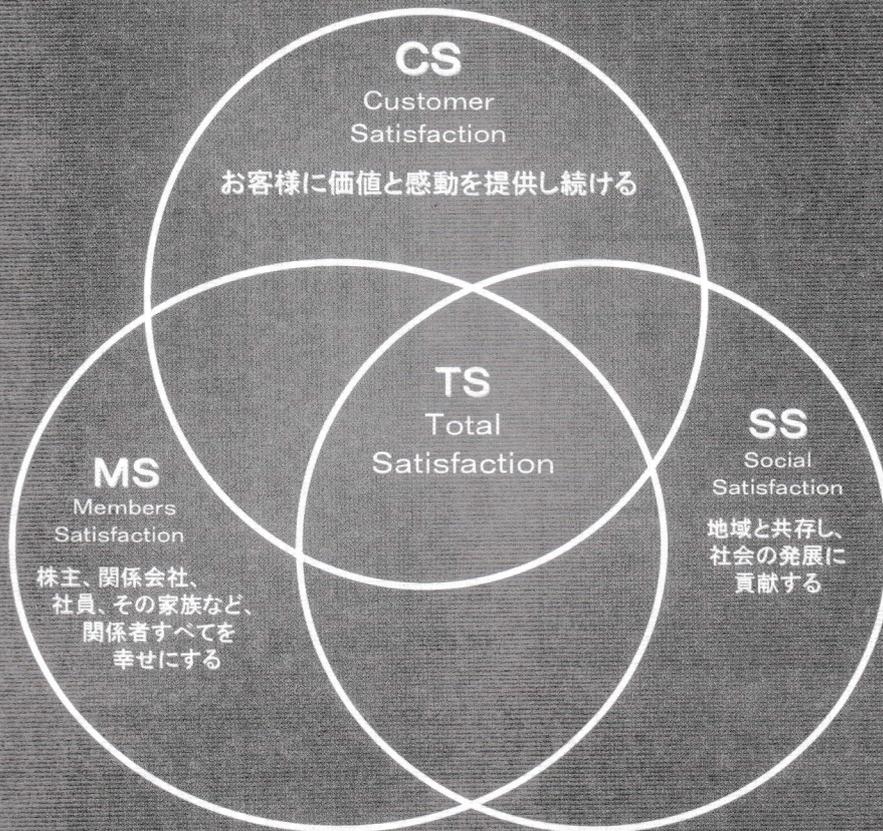
編集後記

【訂正とお詫び】
会報一二二号(平成一五年一月発行)の八ページ、「さらば!『松電つどいの会』」の中の本文五行目に、旧通信省松山通信局とあるのは、旧通信省松山電信局の誤りでした。
原稿をいただいた西原さん及び読者の皆さんに、お詫びして訂正させていただきます。(編集部 稲毛)

▽はるかかなたのイラクでは、まるでゲームのように戦争が行われています。しかし、ゲームではなく現実には人が死んでいます。早く終わることを祈るのみです。
▽五月は、各県支部の総会の月です。しゅっちゅう顔を合わせる人はそれなりに、久しぶりの人に合うのは、さらに楽しいものです。ぜひ、ご参加ください。(日時・場所は、本紙の四ページをご覧ください)。(稲毛)

四国電友会会報 第百二十二号
発行 平成十五年四月一日
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 ○八九一九三六一二〇二三
印刷 株式会社NTTクオリス

— 私たちが目指すもの —
すべての人々を幸せにする企業活動



NTTビジネスアソシエ四国



株式会社エヌ・ティ・ティ・ビジネスアソシエ四国

松山市一番町4丁目3番地

TEL(089)935-7601 FAX(089)935-7624