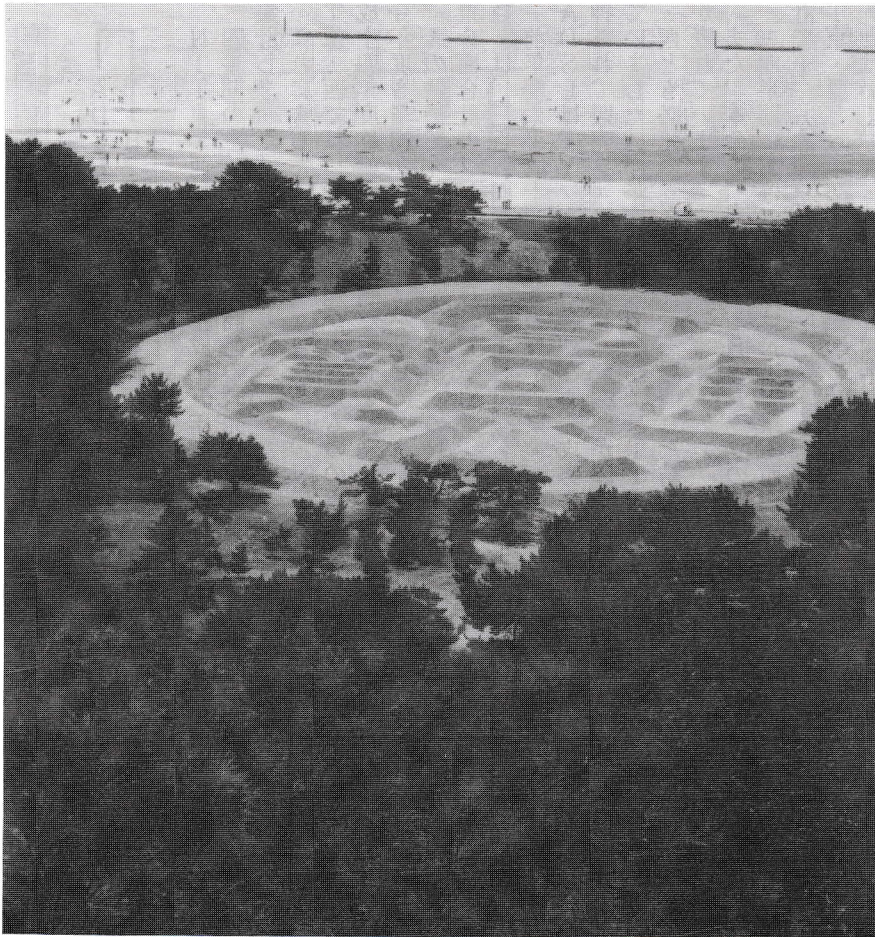


四国電友会会報

第 1 2 4 号

平成 15 年 10 月



目 次

NTTグループの動き	2
ADSLのシェア取り戻す	2
フレッツサービスの新しい割引	2
年金情報	2
税制適格年金制度をめぐる動き	2
お知らせ	2
電友会本部会議(理事会・評議員会)	4
支部日より	4
「電友会活動補償保険」を契約	4
今年も老人ホームの盆踊りに参加	4
サークル紹介	4
眉秋俳句会(徳島)	4
ボランティア紹介	4
朗読の楽しさで・元気はつらつ(香川)	5
会社紹介	5
ドコモサービス四国株式会社	6
健康のページ	6
歩くとあなたの足に違和感はありませんか	7
ドキュメント	7
心の病を俳句で癒す	8
テルウエルだより	8
家庭介護者教室を開催	9
『生活支援・介護ボランティア』活動中	9
私は今	10
(寄稿)「尿療法を知っていますか」	13
M・Mコーナー	14
「ワイドバンド」のすすめ	14
俳句(愛媛)	15
物故者叙位叙勲/敬弔	15
表紙の言葉	15
「会員名簿」発行のお知らせ/編集後記	15

NTTグループの動き

ADSLのシェア取り戻す
Bフレッツも好調な伸び

NTT東・西は、先般、平成十五年度第一・四半期のネットワーク系商品の販売状況を集計しました。

これによると、フレッツADSLは、NTT東・西では、やや時間差があったものの平成十四年度終盤からの好調な販売を持続し、今年度も当初からダッシュを見せています。

この結果、今年度第一・四半期末のNTT東・西合計のフレッツADSL契約数(施設数)は、三百万回線を突破しました。

前年度(平成十四年度)のNTT東・西のADSLは、ヤフーBBの強烈的な販売攻勢に押されて販売シェアも低下し、危機感が漂っていました。今年度第一・四半期はNTT東・西とも必死の巻き返し作戦を展開した結果が表れています。

また、本命の“光”によるBフレッツの第一・四半期における純増数はNTT東・西合計で十一万回線にとどまっています。(NTT東・西とも年間五十万回線増の計画)

とはいえ、前年度の第一・四半期が二万三千(年間でも十八万回線)の純増に過ぎなかったことと比較すれば、今年度第一・四半期の伸びは大きいものです。

特に、NTT西はBフレッツに重点を置いた販売戦略を推進していることもあり、顕著な伸びを示しています。

ブロードバンド系商品が伸びを示している

一方で、ISDN系商品の減少は続いており、INS64では、NTT東・西合計で二十七万八千回線の純減となっています。(前年度第一・四半期は六万五千回線の純減)

この結果、INS合計(INS64とINS1500)を10倍換算したものの合計)は、九百八十四万七千回線となり、1千万の大口を割り込みました。

NTTの主要ネットワーク商品販売状況

(平成15年度第1・四半期) (単位:千回線)

	西日本(上段) 東日本(下段)	合 計
フレッツ・ADSL	227(1,355) 284(1,714)	511(3,069)
Bフレッツ	54(141) 56(167)	110(308)
フレッツ・ISDN	▲40(581) ▲35(616)	▲75(1,197)
INS合計	▲141(4,726) ▲139(5,121)	▲280(9,847)
一般加入電話	48(25,588) 78(25,167)	126(50,755)

(注) ① () 内は、15年度第1・四半期末施設数
② INS合計: INS64+INS1500の10倍換算

フレッツサービスの利用者増に向けて
新たな「期間限定割引」実施中
「学生割引」や「シニア割引」も

NTT西日本では、かねてからフレッツサービスを新規にお申込みいただいたお客様に対して、「期間限定割引」を実施しています

が、より多くのお客様にフレッツサービスをご利用いただくため、Bフレッツ、フレッツADSL等を新規に申し込まれたお客様に、新たな内容での「期間限定割引」(ご利用開始日から一定の期間月額利用料を無料)を実施しています。(申込み対象期間は今年の十二月三十一日まで)

また、大学生等や六十歳以上の方が新規にお申込みされる場合の割引として「学生割引」や「シニア割引」も始めています。

割引の概要は、①月額利用料を5%割引、②割引の対象期間は、利用開始日から四半期間(ただし学生は申込み時点における在学見込み期間に応じて上限四半期間)です。(申込み対象期間は今年の十二月三十一日まで) 詳細は一一六番へお問い合わせください。

年金情報

税制適格年金制度をめぐる動き

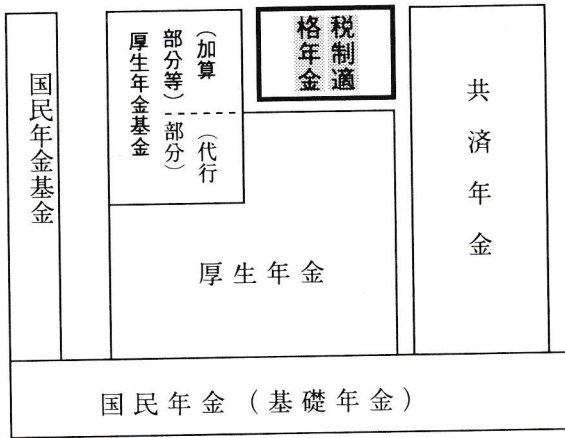
年金には、大きく分けて国が負担する公的年金(国民年金、厚生年金、共済年金)と企業年金があります。

今回は、企業年金のうちの税制適格年金に関連する動きについてお知らせします。

(注) NTT税制適格年金制度は、平成四年六月に発足したものです。従って、今回の情報は、それより前に退職された方には直接の関係はありません。

企業年金は、社員の福利厚生を目的に企業が独自に制度を作る年金であり、主に「厚生

公的年金と企業年金



(注) NTT厚生年金基金の代行返上については、
会報一三三号(15年7月)を参照してください。

年金基金」と「税制適格年金」の二つの制度があります。(図参照)
このうちの一つ「税制適格年金制度」は退職一時金制度を年金化するものです。その概要は「①企業は社員のために掛金を拠出し②それを社外で積み立てて運用し③その運用収益などをもとに、将来(退職後)、社員に年金として支給する」制度です。
(参考) “税制適格”の理由
①企業が拠出する掛金は損金に参入される
②所得に対する課税が掛金の拠出時点ではなく、将来の年金受給時まで繰り延べられる、
など税制上の優遇措置があります。(昭和三十
七年法人税法及び所得税法の改正関連)

しかし、バブル崩壊以降、超低金利が続き資産を運用する環境は悪化して来ました。このため、積みたてた金の運用収益などをもち、将来の給付額をあらかじめ定めている現在の税制適格年金制度はいろいろな課題を抱えることになって来ました。国内の名だたる企業でも、現在の企業年金の制度を見直す方向と報じられていました。
NTT税制適格年金についても例外ではなくなっており、NTT労働組合がNTT持株会社に見解を明らかにするよう申入書を提出するなどの動きとなっています。

電友会本部がNTT持株会社と対応したときのNTTの回答の概要を紹介します。

(1) 対象となる年金制度

平成四年六月から制度化された、退職金の一部(28%)を移行して実施している企業年金(NTT税制適格年金制度)についてです。

従って、見直しの対象となる方は、NTT税制適格年金制度創設(平成四年六月)以降に退職された方のうち、退職金の一部を年金として受給(あるいは据え置き)されている方となります。

なお、共済年金・厚生年金基金・厚生年金については、今回の見直しの対象ではありません。

(2) 制度の現状と見直しの検討

ア NTT税制適格年金制度は、平成四年の制度創設時には当時の市場の金利状況等も踏まえ、給付利率を七%に設定し運営されてきましたが、その後の資産運用

環境の悪化等を踏まえ、平成十三年四月以降の退職者については給付利率が四・五%に見直されました。

しかしながら、その後も国内外経済の低迷による資産運用環境の悪化は継続しいわゆる「逆ザヤ」といわれるような状況が続いており、年金資産にも「積立不足」が生じるなど大きな影響を与えてお

イ 前回の見直し時には、平成十三年四月

一日以降の退職者から適用として給付利率等の見直しを行いました。前回の資産運用環境の悪化に加え、現加入者と据置者を含む受給者との人員構成が大きく変化したこともあいまって、今後の見直しを現加入者だけを対象に実施しても、現加入者に過度の負担がかかるのみでその実効性は弱まっており、却って据置者を含む受給者への安定受給が損なわれる危険性も孕むことが予測されます。

将来的に制度の全体整合的な安定を図っていくためには、受給者・据置者が見直しの背景・目的を共有した上で、厳しい内容であっても、現加入者・受給者双方にとって安心できる制度への改革に取り組むべき段階に来ているとの判断から今回の抜本的な見直しの検討が進められています。

(3) 現時点での見直しの方向性

ア 現行の給付利率・据置利率については制度の安定を前提に市場連動型をベースとした設計で、かつ個人が国債などにより安全に資産運用した場合よりも優位性

のある水準に見直します。

イ 年金資産の積立不足が受給者や据置者の責任準備金まで達しており、現状のままではさらに拡大することが見込まれ、これを放置すれば財政破綻の恐れもあります。

従って、①企業年金の中長期的な安定的運用を図り、②現加入者との給付水準との均衡を図る観点から、受給者や据置者の給付水準についても見直しの対象とする必要性があるとの認識にたつて、それぞれについて適正と思われる水準に見直します。

電友会としてもこれからの動きについて、情報を把握し、節々で会員への周知等必要な対応をとることとします。

お知らせ

「電友会本部」

第29回理事会・第14回評議員会開催

七月九日、銀座ラフィナートで、第二十九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第十四回評議員会の議案審議、②役員を選任、③今後のボランティア活動賞関係の行事、常任理事会、理事会の予定等でした。

また、引き続き開催された第十四回評議員会には、芳野本部長のほか、四国からの評議員三氏（日野清、松尾礼徹、相原豊の各氏）が出席しました。主な議題は、①平成十四年度事業報告、②平成十四年度収支計算書、③

平成十五年度事業計画（案）、④平成十五年度収支予算書（案）⑤役員を選任等であり、それぞれ承認・決定されました。

支部だより

「電友会活動補償保険」を契約
会報・会員名簿の「手配り」関連

——香川・愛媛——

四国電友会では、会組織の強化のため一つの施策として、会報や会員名簿等の「手配り」を更に拡大し、会員相互の直接の交流及び連携と絆の強化に努めることとしています。

この「手配り」は、会員のボランティアで行うものですが、行動中に万一、怪我等傷害を被るようなことがないとも限りません。

傷害による通院、入院等に対して、会として若干なりとも対処したいという趣旨から、香川支部及び愛媛支部が、先般、「電友会活動補償保険」を契約しました。

この保険は傷害保険を「手配り」という行動に適用することにしたもので、電友会が保険料を負担し、もし「手配り」中の会員が受傷した場合には、保険会社からその会員へ直接、保険金が支払われるものです。

「今年も老人ホームの盆踊りに参加」
ボランティアNTT高松OB会

——香川——

ボランティアNTT高松OB会は、毎年、

二箇所の特別養護老人ホーム「弘恩苑」「香色苑」が夕方から実施する夏祭りに、ここ十年近くボランティアで参加しています。

今年も、八月十六日と八月二十三日に実施された夏祭りに、各々二十名前後の会員が参加しました。

夏祭りはボランティアによる催し物と職員が中心になつての盆踊りと花火、そして模擬店の露店として焼きそば、うどん、おでん、飲み物、綿菓子、かき氷、ヨーヨー釣り、魚すくい、輪投げなどが準備されます。

会員の皆さんは、これらの会場準備と模擬店の手伝いに参加します。午後三時半頃から午後八時半頃までの長い時間のボランティアになりますので、大変ご苦労のことと思いますが、事務局は特に安全に注意しているとのことでした。

サークル紹介

眉秋俳句会（徳島）

長島 正行（徳島市）

昭和五十三年秋、共済会のご支援を頂いて「NTTOBサークル」が結成され、その一つとしての「俳句サークル」が発足した。

初回の句会を翌十月に開き、会名を「眉秋」と冠し、毎月第三土曜日を定例会とするよう定めた。

会員は二十名程度で、以降も推移していたが、平成年代に入つて減少傾向が見られるようになってきた。

何といつても高齢層を否めない構成である

ので、退会者も頗る多くなり、常連的な出席は、十名に満たない現状となってきた。しかし、自然感帰依を理念とする句会の運びに、数の多少は格別の問題事では無く、淡々と進められ、本年九月の例会で通計三百回を迎えることとなる。

なお、毎年一回の会報発行を目指したが、昭和五十三年発行の第一号から、同六十一年発行の第十一号に至って中断の形となった儘である。

不況の嵐の中、諸般の難行も思われるが、折角、志した親睦の輪が、堅持されて行くよう、微力を尽くして行きたいと思っている。



花見を兼ねた句会（徳島中央公園）

ポランテア紹介

朗読の楽しさで・元気はつらつ

—— 香川・川田操さん ——

平成十三年に、第十一回電友会ポランテア活動賞を受賞された、東かがわ市（旧大内

町）の川田 操さんに、最近の活動状況などをインタビューしました。

川田さんは、香川県視覚障害者福祉センター、高松朗読会の会員として、十年余り朗読録音のポランテアをされています。

☆（聞き手）香川支部山本編集委員 川田さん

—— 最近はどんな朗読をされていますか。今は、雑誌をテープ化した「テープ・マガジン」の朗読録音奉仕をしています。

その内容は、最近のニュース、文芸、流行、料理などの話題を集めてテープに吹き込んだものです。

それと、高齢者の方々には、同じ年代の身につまされる家族の話が題材である、高松出身の作家、菊池 寛の小説「父帰る」を朗読して、非常に好評を得ています。最近はこのような奉仕活動が多くなりました。

—— 朗読するうえでの所感を伺いますか。

☆ 朗読するうえでの奥深さを感じています。私も別の分野（詩吟）で、そのことを感じています。

奥深さとは、内容の十分な理解、感情の込め方など、いたらない自分に気付くことだそうです。

☆ 朗読に際しては、言葉のアクセント、情感の出し方など発生にいつも気を付けています。

—— 私も、詩吟を吟ずる時、関西人に苦手なアクセントの発声に苦勞しています。

それと情感ですが、言葉のなかで「か」行、「な」行などの子音は、柔らかく発声

するのがコツだそうです。

分野は違いますが、同じことで苦勞されているのがよくわかりました。

☆ この朗読奉仕をして良かったことは、テープを聴いた人からお礼の電話などをいただき、この奉仕活動に対する自己満足

だけでなく心の励みになっています。

また、この活動を通じて人と人とのつながりの輪が広がるのもうれしいものです。

☆ 長い間続けて奉仕活動をされていますが、この奉仕活動が出来るのは、家族が健康でこの活動を理解し、支えてくれるからだに常に感謝の心を忘れずにいます。

これからも出来る限り長く奉仕活動を続けたいと思っています。

—— 朗読に際して何かこだわりがありますか。

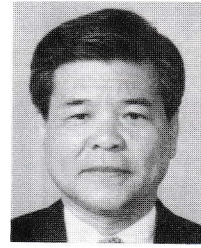
☆ 私は読書好きの性格で、同じ本を十回ぐらい精読し、その中の固有名詞や、土地、熟語など徹底的に調べるようにしています。それと、朗読がうまくなりたいと努力するのが楽しみです。

—— 先日、スポーツ新聞で、読売ジャイアンツの上原投手が同じことを言っている記事を見ました。

「上手になりたいなら好きになれ。好きになればうまくなる」含蓄のある言葉と思いました。

—— 「うまくなりたい」が楽しみ」と言う向上心を持ち、朗読奉仕に元気で活動されている川田さんの人柄に深く感銘しました。本日はどうもありがとうございました。これからお体に気を付けて頑張ってください。

会 社 紹 介



会 社 概 要

- ・商号 ドコモサービス四国株式会社
- ・所在地(本社) 香川県高松市錦町二丁目四一八
- ・代表取締役社長 池田 和成
- ・設立 平成六年四月一日
- ・従業員 四九六名(平成十五年七月一日現在)
- ・営業拠点 香川、愛媛、高知、徳島

はじめに

弊社は、(株)NTTドコモ四国グループ会社の一員として、平成六年四月に「ドコモサービス四国(株)」を設立。おかげさまで創業十年目を迎えました。

四国の移動通信サービス「mova(携帯電話)」、FOMA(フォーマ)、PHS、ワイヤレスキャストサービス」における、営業・料金関連業務(受託)のサポート会社として誕生しました。

今や、移動通信事業分野は、ここ数年の携帯電話の急速な普及とIT(情報技術)革命の潮流を背景としたモバイルを変化させ、これまでの音声通信を中心としたものから、「iモード」・「FOMA」に代表される、メールやインターネット接続などのデータ通信・映像通信へと進化しています。

全国、そして四国の移動通信事業をリードするドコモグループの一員として、「お客様の信頼と満足をいただける企業」をめざしています。

主 要 事 業 内 容

弊社の事業活動は、大きく分けて二つの業務に区分出来ます。

一つは、ドコモ四国のサポート会社としての受託業務の円滑な遂行と拡大です。

平成六年四月一日の営業開始以来、四国各県の弊社営業所「営業窓口業務(新規申込、各種手続き、料金回収、故障修理業務等)」では、ドコモ四国の「お客様窓口拠点」として、また、平成十年四月には、四国管内のお客様からの電話によるお問合せを一元的にお聴きする、電話受付業務「ドコモ四国お客様サービスセンタ」を設置し、オールドコモ四国の「お客様拠点」として、お客様サービス向上に努めています。

二つ目は、社員の知恵・アイデア、創造性を発揮した自主事業による業容拡大です。

平成六年八月には、「損害保険代理店」として弊社の自主事業開始を皮切りに「テレマーケティング業務、研修セミナー等の企画・運営、人材派遣事業、ウェブコンテンツ企画・制作、広告宣伝・イベント業務」等々、当社の自主事業を展開し、ドコモ四国のサポ

ト業務の拡大と、自主事業分野における数々の業容拡大に努めています。

私どもは、企業理念に掲げる「私たちは豊かな創造力を活かし、お客様に信頼と満足をしていただける企業」として、お客様第一の事業活動を通じて、全社員一人ひとりがさらに能力を磨き、新たな視点での独自性を活かし、お客様にとって「価値あるサービス」のご提供に全力投球してまいります。

また、地球環境保全のための、「ISO-四〇〇一」の認証・取得を初め、地域社会貢献活動など、企業市民としての取組みも積極的に推進しています。

■ NTTドコモ四国の主要受託業務

- ・電話受付業務「お客様サービスセンタ(フリーダイヤル 〇二二〇一八〇〇一〇〇〇)」
- ・営業窓口業務「ドコモサービス四国 香川・愛媛・高知・徳島各営業所」
- ・料金回収業務
- ・ドコモ四国代理店様スタッフ研修 他

■ 当社の主要自主事業

- ・テレマーケティングの企画・提案
- ・お客様各種市場調査、広告宣伝・イベント企画・作成
- ・ASP(アプリケーション・サービス・プロバイダー)事業
- ・コンテンツ制作
- ・ホームページ企画・運営
- ・iモード対応システム商品の販売
- ・PHS位置情報電話案内サービス「どこオロン」の販売
- ・人材派遣業 他

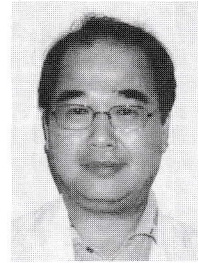
健康のページ

歩くとなあなたの足に

違和感はありませんか

NTT西日本松山病院

外科 新山 賢二



最近、健康管理プログラムで朝晩ウォーキングをしている人を見かけます。皆さんは何も不安なく歩いているのでしょうか。

何か足に不都合を感じつつも相談することなく歩いていく人もいるのじゃないでしょうか。そこに大事な病気が隠れているのです。チョット自己チェックをしてみましょう。

①歩行時にどちらかの足が痛くなりますか。

イエス ノー

②平地を歩いていると痛くないが、階段を登ると痛い。

イエス ノー

③その痛みは、ふくらはぎに起こりますか。

イエス ノー

④足や指が冷たいですか。

イエス ノー

⑤足や指の傷が治りにくいですか。

イエス ノー

この五項目にどれか思い当たるふしはありませんか。ある人はすぐ相談に来ることを勧めます。人は時間とともに老いてきます。それは自然の摂理ではありません。動脈硬化も老いの一つですが、実年齢以上に進んでいる人たちが多くいらっしゃいます。なぜでしょうか。動

脈がいつも強く弾力に富んでいれば、心臓や脳をはじめすべての臓器や筋肉などの組織に栄養など十分に補給できます。

しかし、コレステロールなどがいつのまにやら血管に蓄積し、血管の酸素や栄養が不足し、高血圧などで血管にいつも負担がかかり続けるため、動脈の新陳代謝が悪くなり血管壁の弾性を失い固くもろくなつて行くのが動脈硬化です。これは十代から見られるようになり、四十歳代から症状として現れてきます。まだ大丈夫と思っても知らず知らずのうちに進んでいるのです。何が動脈硬化を促進するのでしょうか。医学的には危険因子と呼ばれるものですが、これが存在すればするほど血管年齢は歳をとって行き病気を発生させます。危険因子は、I高血圧、II高脂血症、III喫煙、IV肥満、V運動不足、VIストレス、VII偏食、VIII嗜好品(アルコール、コヒーなど)です。思い当たるものが多いと思います。生活習慣病も多く含まれているため日々の生活が一番重要で、ただ、すぐ目に見えて結果が出るのではなく、何十年後に結果が出るのでピンと来ないかも知れませんが、動脈硬化が進んだ状態になってからは後戻りはできません。よく、動脈硬化が厳しいから治す薬はないかと聞かれますが「ありません。これ以上悪くなるのをなんとか人並みにする努力しかありません」と答えます。

動脈硬化の症状の出やすい血管は、大動脈、脳動脈、冠動脈、心臓、腎動脈の順になっています。特に、大動脈から四肢血管に症状が出現するのを「閉塞性動脈硬化症」と呼ばれます。今回のテーマはこの病気なのです。

閉塞性動脈硬化症は、四肢特に足の血管の動脈硬化が進み、血管が細くなつたり(狭窄)、つまつたりして(閉塞)、十分な血流が保てなくなる病気です。

血液の流れが悪くなると、歩行時に足のしびれ、痛み、冷たさを感じるようになり、さらに進行すると寝たままでも足が痛かったり、潰瘍がでたりします。よく、足や腰が痛いからと整形外科やリハビリに通うも良くならないとか、足の潰瘍がいつまでも治らないとか、この病気を考えなくてはいけない人もいます。また、歩ける人だけがこの病気を自覚したり、罹患する人だと思っている人がいます。寝たきりになった人でも足に潰瘍がでたり、遂には壊死を起こして下肢切断なんて起こす人さえいるんです。

だから、どんな人でも早めに診察にいられて、現在の血管の状態や合併症の有無を知ることが必要です。不幸にも血管が狭窄したり閉塞したりしていても、医学の進歩により種々の治療法があり、積極的に治して行くことができます。

ただ、先ほども言ったように、予防すること(生活態度を改める)と専門医の診断を受けに病院に来るのが一番大事です。こんな病気もあったのかということを知っていたら、き、この病気かな、おかしいなと思ったら、病院に一度来てみてください。外来に来るのが不安だと思えますし、いろいろな時期の人がおられると思います。

初期の人への外来での指導の一部を書きますと、①手足に負担がかからないように保清など、日常生活の管理②コレステロールなど脂肪分の多い食事をさける食事指導③標準体重の維持④タバコをやめるなど危険因子を除く指導⑤毎日、歩行運動を続けるなど運動療法、などを中心に説明していますので参考にしてください。

下キコメント
人生さまざま・後半生を生きる

三十五年間「俳句のボランティア指導」を続けていることなどが認められ、昨秋には徳島市長や徳島県社会福祉協議会などから表彰され、新聞等にも度々掲載されている新居正規さんをご紹介します。

精神病院などで俳句のボランティア指導を続けている新居さんは、昨年心筋梗塞で倒れましたが、奇跡的に一命を取りとめました。もう俳句会への出席は無理かと思ったそうですが、「待っていてくれる人がいる」と弱った体を奮い立たせ患者さんの前に立ったそうです。俳句作りと温かい言葉が、患者さんを落ち着かせ、心を開かせています。その新居さんの責任感と患者さんとの強い絆に拍手を送るとともに、お体に留意され、益々のご活躍をお祈り致します。

(元木編集委員 記)

心の病を俳句で癒す

(患者さんらに三十五年間指導)

昭和四十三年の自動改式により、二十年勤めた応神郵便局から徳島電報電話局に転職、その後、徳島県内で勤務し、昭和五十九年に退職した。大正十五年生まれで現在七十六歳。

徳島県では、三年に一度の割合で、趣味やスポーツを通じてボランティア活動を行っている高齢者の中から約五十名ばかり「いきいき高齢者」として顕彰する制度があり、私は「過去に培った知識を高齢期の生活に活かす

て活躍している老人」として、平成十三年年度に選出された。私の場合、過去に培った知識、それは俳句であった。

郵便局在職中に、局長の勧めで俳句会に出席するようになったのが五十年前、紆余曲折があつて現在は「風嶺俳句会」に所属している。何をしても飽き性の私が何故俳句だけこんなに長続きしたのか、それは、精神病院での指導を受け持っていたからだと思う。

昭和四十一年頃、ある俳句会で病院に勤務する婦長さんと出会い、「患者さんに俳句の指導をして貰えないだろうか」と依頼された。

何もわからぬまま引き受けたが、やってみて患者さんの真剣さに心を打たれた。

患者さん達は、常に俳句に熱中し驚くほど澄み切った句を仕上げてく

るし、私の話を目を輝かせて聴いてくれている。作品を見ても心から楽しんでるのがよくわかる。



一つの病院を引き受けると次から次へと頼まれるようになり、多いときには病院と老人保健施設五ヶ所も指導に当たったことがあった。

現在は、精神科のある二つの病院に毎月出向いている。やりがいを感じたボランティアであるが、つまづきかけたこともあった。それは、昨年四月心筋梗塞で倒れた時である。もう駄目かなと思つたが、患者さんから電話がかかる、一日も早く顔が見たいと、皆が首を長くして待っていてくれることが知らされる。

「花咲かそ吾れ待つ人のある限り」

二ヶ月ぶりの病院俳句会、無理を押し出して席したので、途中で声が出なくなつてしまい、小休止を余儀なくされた。その後は、以前のような張りのある声が出なくなつてしまった。

俳句生活五十年、いつの間にか先生と呼ばれ、弟子の数も百名をはるかに越えた。老人俳句会その他の講演依頼も多い。しかし、考えてみればその原点は全て病院の指導であつたと思う。

昔の私は人前で話をするのが苦手であつた。それが今では大衆の前で堂々と講演をしたり挨拶が出来る。三十数年間、病院で患者さん相手に話しをしている間に、自然と身についた技であると感じている。つまり、情けは人の為ならずである。いつまで続ける事が出来るか体の立つ限り頑張ってみようと思つている。

「まだ燃ゆるものわれにあり若葉風」

徳島市応神町 新居 正規

テルウエルだより

家庭介護者教室を開催
いろいろな実技を中心に

テルウエル西日本(株)四国支店では、財団法人電気通信共済会「社会福祉・地域貢献活動賛助会」の後援を受け、六月十二日の松山市を皮切りに、九月二日徳島市、九月八日高知市、九月十日高松市において、NTTグループOB等を対象とした「家庭介護者教室」を開催しました。

今年度の教室は、実技・実践を主としたカリキュラムで、参加者全員が「介護する役」「介護される役」となり、体位姿勢変換、ベッドから車椅子移乗、車椅子移動介助、衣服の着替え方等、介護の具体的方法について実技を中心に研修を受けました。

参加された方からは「体位変換も道理にかなった動作で、無理な力を入れないで動かせる」とか「実際に車椅子に乗って、段差のある所での昇り降りは大変怖い」と実感のこもった感想が述べられたほか、何回も参加されている方からは「介護動作は何回も実技実習するものだ」等の声も出ていました。

テルウエルでは、次のとおり今後も各地で「家庭介護者教室」を開催しますので、是非ご参加ください。

- 十月二日 愛媛県今治市
- 十一月七日 香川県丸亀市
- 十一月十一日 愛媛県宇和島市
- 十一月十四日 高知県中村市



徳島での「家庭介護者教室」
(2枚とも)

(お問合わせ先)
 テルウエル西日本(株)四国支店
 厚生福祉サービス営業部
 担当 徳本・岡田
 電話 (フリーダイヤル)
 〇二〇一七四四四〇〇

「生活支援・介護ボランティア」活動中
— ご利用のご相談をどうぞ —

「困った時はお互い様」の気持ちで「自立・親切・助け合い」をモットーに、四国各地のグループが「生活支援ボランティア・介護ボランティア・訪問ボランティア」活動に励んでいます。

各県のボランティアグループの名称と連絡電話番号は、次のとおりです。

各グループのボランティア利用についてご相談をお待ちしています。

また、ボランティア会員も募集しています。

◆ 愛媛県

NTTグループ生活支援・介護ボランティア愛媛
電話 〇八九一九三四一三七二三

◆ 香川県

テルウエル香川介護サービスセンター
電話 〇八七二八二二一〇二九四

◆ 徳島県

テルウエル徳島ボランティアクラブ
電話 〇八八一六五二一六三二〇

◆ 高知県

NTTグループネットワーク「きずな高知の会」
電話 〇八八一八七一一二四六

なお、四国管内の「生活支援・介護ボランティア」に関するお問合わせは

テルウエルボランティアセンター四国
コーディネーター 岡田まで
電話 〇八九一九三四一三七二三

私 は 今

◇ 安部 孝 (松山市)

早いもので退職してから二十一年たちました。十四年前、突然、心筋梗塞で倒れ、九死に一生を得、二年間の療養をえて現在は小康を得ています。機能半分の心臓と仲良くして、四国八十八ヶ所めぐりをしております。

病気で得た教訓は美食より粗食です。数年来、漢方薬もやめ、玄米食・ゴマ・納豆・瀬戸の小鱼を毎日の常食にして元気になりました。心臓は暑さ、寒さに弱いので、冬は沖縄、夏は石鎚山と九州の久住高原でのんびり過ごしております。皆さんもお元気で。健康第一。

◇ 安藤 俊子 (高瀬町)

退職後九年、每晚アルコールを補給しながら元気で生きています。

悪筆をカバールし、老後の一人遊びにと始めたパソコンは、二年前、電友会の愛好会に入り、週一回高松へ通学しています。ウイルスに苛められながらも、すっかりはまってしまいました。

また、「心と身体にグルメ」をめざした悪友との月例会も、回を重ねて六月には百回を迎え、尾瀬へ記念旅行をしました。

この調子でいつまでも元気でウロウロが目標です。

◇ 池 東雄 (松山市)

月日の経つものは早く、N T T を退職して十三年になります。二人の息子もそれぞれ落ち着き、神奈川と埼玉で暮らしています。

今では、爺婆の二人暮らしでのんびりと過ごしています。最近「愛媛 N T T O B I ンターネット愛好会」のパソコン教室で O B の皆様方と楽しく過ごしています。

また、今年からは町内会のお世話と広報委員を押し付けられ忙しい毎日です。

どうか皆様方もお元気で活躍されることをお祈りします。

◇ 石川 寿章 (牟礼町)

久米宏がニュースステーションを「古い」を感じて降りるらしい。最近、私自身も言葉や行動にバイタリティが低下し、人間としてのパンチとパワーが不足していると友達に言われます。しかし、好奇心はまだまだ強く、楽しいこと、面白いこと、に貪欲です。家中で、碁、将棋、パソコンなどやる暇もありません。

現在は、縁あってネオメイトサービスの保守点検及び販売等をやらせてもらっています。それ以外の日は一〇〇%アウトサイダーの日々であります。

何か面白いことがありましたら声をかけてください。待っています。

◇ 石川 巖 (玉川町)

「玉川山中に大量有毒物」と終戦の日の新聞・テレビに大きく報じられた。毎日のウォーキングコースでも沢音に誘われて滝をのぞけば、不法投棄の古タイヤ・家電品・ビニール袋の散乱。「自然の美味しい町」づくりに向けた努力も形無しで憤りすら感じます。

それはとも角、再就職先を退職して二年、

ためていたコレステロールの解消と血液を活性化し、死ぬまで歩ける足づくりを目指してウォーキングを続けながら、山登り・キャンプ等アウトドアライフを楽しんでいます。

◇ 猪原 多恵子 (高松市)

平成四年退職してあつという間に十一年が過ぎました。おかげ様で健康に恵まれ感謝しております。七人家族で出発しましたが、今は二人です。(主人と)

週一回のヨーガ、三越ウインドショッピング等を楽しんでおります。今、婦人会の役員をしている関係で地区盆おどり大会、育成会のうどん作りのお手伝い。秋には地区文化祭。今年忙しい一年になりそうです。

◇ 亀井 順子 (高松市)

自治会役員の順番が巡ってきたのを機会に平成元年(五十歳)で退職しました。丁度この年、子供達も社会人となり、自宅から通勤し、初めて母親らしいことができ、同時に、今まで不義理をしていた御近所付き合いも上手にできるようになりました。

現在は実母の介護。犬猫の世話。そして息子夫婦とも、近すぎず遠すぎずの距離にて、主人と二人で、かよい孫の子守りに何よりの喜びと生甲斐を感じ、規則正しい毎日を過ごしております。

◇ 唐渡 公夫 (丸亀市)

再就職先も含めて四十年の N T T 生活を終えて、はや一年が過ぎました。

この一年間の出来事として、三月に県立高

松高等技術学校(住宅サービス科)卒業、四月から香川県住宅供給公社に就職しました。これまでとは全く違った仕事に戸惑いもありますが、新しい人との出会いを大事にしなから頑張っております。

また、八月には、パソコン三級検定講座を終了して仕事にも生かしています。趣味の菜園と油絵は相変わらず続けながら、結構忙しく元気でやっております。

◇ 北村 諭 (高知市)

私はテルウエルで五年余りお世話になり、昨年八月末に退職しました。

野市の生家に年老いた母が一人で居るため、少々の親孝行をと思い、ここを拠点に自宅から通勤して電報を配っております。

エリアに七町村もあって広いですが、元々、車に乗ることが好きなので、隔日交代勤務制をとっていますので、老体の健康保持には丁度の仕事とっております。

車窓に流れる四季の自然の移り変わりを楽しみながら、また、地域の人々にもお世話になりながら頑張っております。

◇ 木村 敏昭 (松山市)

第二の職場共済会四国支部を六十三年三月末定年退職、十五年余の歳月が流れました。

この間、家人に任せっぱなしとなっていた地元にご恩返しにと、自治会長と松山市広報委員を引き受け活動をしてきました。が、一昨年、自転車転倒事故を起こし歩行困難におちいり、公的役割は一切返上し、不自由な左足のリハビリに励んでいます。

振り返ると山あり谷ありの人生でしたが、米寿の近い今日、己が身体第一と考え、悠々自適、平々凡々、何事も自然体で余生を楽しんで行く心積もりです。会員皆様のご多幸をお祈りします。

◇ 黒田 伊佐雄 (松山市)

六十八歳にして挑戦した「高齢者大学」への入学、この九月無事終了しました。

必修科目として全員が学習する教養課程、専門課程での陶芸講座でありました。

ほとんど無趣味だったボクが陶芸に挑戦したのでからお笑いです。つくりあげた数点の作品を眺めながら、ナカナカのできだと感心しています。

これで一つの趣味を持つことができたと思いつつ、今後もし楽しみに、デキのよい作品をつくっていかうと思っている次第です。

◇ 近藤 照文 (松山市)

退職してから、丁度十年目を迎えております。初めは毎日が日曜日ということで、寝たいだけ寝ていたところ、頭がぼけたのではないか、と思ったことなどを思い出します。

病氣は年配に応じた数だけあってもおかしくない、などと言われることから、六十歳だから六つあってもいいことですが、腰痛を初めとして五つの病院に行っています。

しかし、日常生活にはさしたる支障もなく過ごしております。

「光陰矢の如し」もありますが、「歲月人を待たず」というのが、今の私の実感です。

◇ 佐藤 君代 (高松市)

新秋と言えど毎日暑い日が続きますが、電友会の皆様いかがお過ごしでしょうか。

さて「私は今」身心の健康と頭の体操に気をつけています。

(一)俳句づくり。もとより拙い句ばかりですが、懸命に生きて来た中で、言わば俳句による自分史のようなものです。

(二)万葉集の解説。NHKの「万葉講座」受講。遅々として進みませんが、少しずつ万葉のロマンを楽しんでいます。

老境にさしかかり、一日一日を大切に楽しく過ごして行きたいと思っています。合掌。

◇ 澤田 淑子 (中村市)

歳月は早いもので、退職した年に生まれた孫は中学三年生になっています。

退職後は、早朝のウォーキング、無農薬の野菜作り、国内外の旅行など健康に過ごしていました。が、昨年の十月、人間ドックで卵巣腫瘍が発見され手術、良性感ないので三ヶ月毎の検診を義務づけられました。

一時はショックを受けましたが今はすつかり快復し、趣味とボケ防止のためパッチワークを始めました。布のリフォームはアイデア次第でいろんな物に変身しますので楽しいです。

◇ 杉本 毅 (八幡浜市)

第二職場を引退して半年になります。一番喜んでいるのはゴールデンの愛犬です。ひと時も側を離れず相手にしてくれる事をよく知っているからです。今まで行きたかった所も

犬の為に先送りです。
元々、多趣味で下手な横好きで、日曜大工、盆栽、庭いじり、高品質のオーディオ鑑賞等結構多忙です。今までに蒐集した古美術品をじっくり時間をかけてみるのも楽しいものです。

帰郷して数年経ちますが、住み慣れた松山へ、孫の顔を見に月に一度は愛犬も同乗して出向いている今日この頃です。

◇ 高橋 佳子 (新居浜市)

退職して十五年、昨年ある方の勧めで電友会に入会させていただきました。会報で皆様方の近況を垣間見ることが出来、大変仕合わせと思っております。

私の日課は川柳と書道とウォーキングです。国民文化祭の川柳部門に挑戦したり、書道は支部の展覧会に出させていだいたり、二兎を追う大変さを味わっております。また、大学生の孫とのメール交換も楽しみのひとつです。

現在は頗る元気です。今後ともよろしくお願いたします。皆様おからだ大切に元気で。

◇ 武内 和子 (高知市)

祖父が財を潰し天涯孤獨で亡くなった父ですが、戸籍があつた役場から、私の曾祖父の名前の墓が残っており地籍調査をする知らせが来ました。私は野鳥姓から武内になっていきますが、追跡して私の元に書類が来たのです。

会合に行ってみると町長とは親類で家計図をもらいました。ルーツは水軍、能島から野鳥姓になっています。昔々、香北町にやっ

来たようです。越智郡宮窪町の能島村上水軍資料館へ泊りがけで行ってみたいと思っておりますが・・・。

◇ 田中 玉雄 (松山市)

退職後、自然相手にと、造園師の資格をと、十年余り経験と勉強を積み重ねてきました。が、体力の減退を潮時に支援の方のケガもなかったことに感謝し、小さな「のれん」を降ろしました。

地元の小学校から課外授業を依頼され、自宅の庭で、庭木の手入れや花の育て方を話し、余技の「うどん打ち」も披露し試食してもらいましたが、これが好評でした。一方、年四、五回の旅で気分を一扫しています。

◇ 玉井 良太 (北条市)

退職後九年目になります。その後、伊予柑やデコポン作りをし、また、地域の役員として市役所などの連絡役をしています。

今年度より、地域内にある宅並山(二百米)の雑木を伐採し桜の木を植えて、春に花の咲く山にしていき、みんなが一度登ってみたいような所にしようと思っております。

孫も四人になり、それぞれ小学校や幼稚園に行くようになりました。時に顔を見せてくれるのを楽しみにしています。

毎日を健康で楽しくを目標に、自分のペースで仕事をしています。

◇ 中谷 満恵 (須崎市)

皆様お元気ですか。私は退職して十七年が

過ぎました。その間、同居の二人の孫をみなから、その合間にパッチワークでバッグや小物などいろいろ作って楽しんでいました。

今は体調を崩した主人の毎日のリハビリですが、自然の景色を眺めながら、歩くことはよい薬です。

そして暇をみて畑で野菜や花を植えています。旬の野菜の顔がうれしく、これが私の健康法かも・・・。また、収穫した野菜は結構、食卓で重宝し、うれしく思いながら暮らしています。

◇ 西岡 徳顕 (高知市)

八十六歳の母を連れて、毎日午前中は、病院へのアッシー君です。月に一度、松山の家に入風を入れに帰っています。

高知では、OBボランティア、OB歩こう会、自宅マンションの自治会長等、相変わらずの世話役です。

退職後、一日、一週間が、すごく早く感じるようになり、考えてみたら、休憩時間がなことに気づきました。

◇ 土野 敏夫 (松山市)

月日の経つのは早いもので、平成五年十二月にNTTを退職して十年になります。我武者羅に頑張った(自分ではそう思っている)當時を懐かしく思い出したりしています。

気候の良い時は、妻と弁当を持って、山野に出かけたり、借りている畑に出かけたり、県外の子供達の所に、旅行を兼ねて年に二、三度出かけたりと、平凡な日々をおくっています。

時々パソコンで、友人や孫にメール、デジタルカメラで撮った写真を送ったりと、ボケル間もないようです。

◇ 二川 俊昭 (高松市)

十年前、現役の時に電友会の会員の方に大変お世話になりお礼の寄稿をしたことがありましたが、今回は会員としての寄稿です。ネクタイを外し二年間解放感を味わい、地産地消を目指し野菜作りに、また、旅行にと励んでいました。

今年になって、電友会のサークルで一つ、テルウエル関係で一つ、N.T.Tを支援する団体で二つ、先輩から世話役を仰せつかりました。加えて「かがわ長寿大学」に応募、入校承認。途端に忙しくなりました。

人間は生涯学習動物であると言われます。できる時にはしておこうと思いつつの日々です。

◇ 丸岡 朋子 (勝浦町)

五年毎に体力も落ちると言われますが、六十五歳は丁度変わり目かなと感じます。年々疲れが残るようになりました。

ですが、好きな事はどれも捨て切れなくて絵や踊り、歌等楽しんでます。

健康を思ってウォーキングとか野菜作り等勝浦の美味しい空気を一杯吸っています。

間もなく開催される徳島の年輪ピックには開会式のセレモニーに婦人会から「藍」を踊ります。目下、練習に汗を流している所です。

◇ 森本 道 (伊野町)

退職してはや十一年、月日のたつのは本当に早いものです。

健康のためにもと登山団体に入会し、お陰様で病氣らしい病氣もせずに楽しく暮らしております。

その他、趣味や地域のボランティアも、体力の続く限りやっていきたいと思っております。皆様のご健康をお祈り申し上げます。

◇ 山下 恵津子 (徳島県池田町)

月日のたつのは早いもので退職して十一年になります。あわせて結婚四十年を迎えました。おかげ様で大病もせず毎日元気に過ごしております。

今では、地元地区での視覚障害者の方へ広報誌を音訳するボランティア活動にいそしんでおります。

また、OBサロン(びざん)において、着物が好きな仲間の集まりに参加したり、六十の手習いで、OBパソコンサークルにもお世話になり、マイペースで少しずつ習得して、老化防止を図っている今日この頃です。

◇ 横山 良弘 (松山市)

N.T.Tを退職して十年が過ぎました。町内の世話役をして二年目になります。地域の人々との触れ合いを通じて、色々と教えられることばかりです。

運動不足解消のため、五年前から始めた「テニス教室」でのテニス、「クラブ」での有酸素運動やストレッチ、石鎚連峰を展望しながらのウォーキング。

「日々新たに」健康に留意しながら、これからも続けていきたいと思っております。皆様のご健康をお祈り致します。

◇ 吉岡 由子 (徳島市)

退職して九年目になり、いまだ暇を持って余す事もなく今に至っております。

在職中よりの夢であった「読書三昧」も何処へやら・・・退職の少し前より始めた俳句とヨガは、頭と身体の体操と思いい気負わずに続けて行こうと思えます。

人生の折り返し点をとづくに過ぎている身、食生活には気を付けて、味付、量、添加物等に注意し、出来るだけ自然栽培の物をと心掛けております。

何と言っても趣味の観劇は一番の楽しみです。ですので、優先して行きたいと思っております。

寄稿

尿療法を知っていますか

有田 幸久 (松山市)

医者にかかっているのに調子が悪い。身内にガンで死んだ者があるんです。

大病したので自己治癒力を昂めたい。自己の免疫力を倍加したい。(風邪等予防) 体力が衰えてきたなア。(寝たきりが心配)

うちの家系は血圧が高い。(脳卒中を予防) このようなことは尿療法(自分のお小水を服用すること)によって克服できるんです。尿は今の今まで血液であったのを腎臓で分

離したばかりですので、無菌状態でありませんが、栄養一杯なため空気に触れると程なく腐敗し始めますのですぐに服用いたしましう。

太平洋戦争で南方に派遣された軍医さんが、日本の補給も絶えた戦場において効果を挙げたのが、この療法なのであります。

その著書「奇跡が起こる尿療法」を一読された。この本は図書館にも置いてなかったの、取り寄せて電友会事務所へ預けてあります。昔、松山出身の一遍上人もこの療法を広めたとの記録が残っております。

平成十二年の電友会報百十二号「私は今」のページで露の青汁のことを書きましたが、あれは年一〜二回ですが、今回の尿療法は毎日のことなのであります。

尿はそのままだと飲みにくいので、冷水で二〜三倍くらいに薄めていただくことにしましょう。

人間の臓器は互いにバランスを保ち合って私共の健康を維持しているので、尿療法によって全ての臓器の代謝を良くいたしましう。

○ 医者の医療も受けながら尿療法を併用するので、途中で止めないよう努力しましょう。

○ 尿の服用回数は、健康体なら一日一回、病状によって二回、三回と増やします。声を出し、腹式呼吸で内臓を活性化しましょう。

(謡曲・詩吟など始めるといいです)。

以上

M・Mコーナー

「ワイドバンド」のすすめ

徳広 孝敏 (高知市)

二刀流で名を馳せた「ISDN」が静かに「プロードバンド」に移行しつつある。

一本の電話回線で番号を変えずにパソコンと電話が同時に使える「ISDN」とはNTTもすばらしいものを開発したものである。そしてお客様はぐんぐん伸びた。

しかし、早く、安いものを望むのは利用者の共通した願望である。「プロードバンド」の要望は急速に拡がりNTTも重い腰をあげた。

「プロードバンド」サービスは、道路に例えるなら超高速のハイウェイであり、乗用車も、バスもトラックも高速で走りぬける。それに比べれば「ISDN」は地方道であり渋滞が起こり、スピードも出せない。

今、NTT東西のプロードバンドメニューは多い。初期の頃は「ADSL1・5M」「8・0M」であったが、ケーブル距離に制限があり、あまり普及しなかった。

技術革新により「ADSLモア」(12M)や「ADSL24モア」など高性能のものが出現し、ケーブル距離も伸びた。その上、使い放題、低料金、マイライオン割引など数々の御利益があるため急速に伸び始めた。

また、初期のものに比べて高性能になったにもかかわらず、比較的低料金に抑えられている。そしてメニュー間の料金差も少ない。ならば、お客様は「ADSL24モア」を選

択するに決まっている。

ちなみに、電話回線を使う「ADSL24モア」とプロバイダー「クオリア」を組み合わせた月額四、一五二円で快適なパソコンライフを楽しめる。

インターネットが高度化し便利なものになってくると、お客様はもつと上のサービスを求めるようになり、既設の電話線では我慢しきれなくなってきた。そこで登場して来たのは光ファイバーによる「Bフレッツ」サービスである。

格安料金でサービスを始める企業も出て来た。NTT東西も手をこまねいているはずがない。料金が割高でも高性能であればそちらを選ぶお客様もいる。高級車を買うときの心境か。新物食いの小生も長い間利用していた「ISDN」から「フレッツISDN」、「フレッツADSL12Mモア」、「Bフレッツ」と渡り歩いたが、今では通信時間を気にすることもなく「Bフレッツ」には満足している。

しかし、三ヶ月のサービス期間が過ぎ、次の料金請求書が届いたときは渋い顔をするかも知れない。月額六、八九〇円を好んで選んだとはいえず、もう少し安くなれば良いのになあ。せめて五、〇〇〇円以下でインターネットができればと思っている。さらに欲を言うなら「Bフレッツ」もマイライオンの割引制度を適用してくれないだろうか。と勝手に思っている。

俳句

電電友佳里句会(愛媛)

九月一日靴紐堅く結びけり

岡内 伝

納棺の儀ぞ白菊の香に咽ぶ

後藤 博

三十年の昔の任地すだち買ふ

坂口 好繁

湿原を匿す奥祖谷地虫鳴く

高橋 哲雄

曲り来る角で息継ぐ踊り連

高本 隆之

風鈴の納めたためらふ月火照る

仲谷 昭

下り築口ケは明治のお花さん

二神 三郎

物故者叙位叙勲

勲六等瑞宝章

河口 庄一 様

正七位勲五等瑞宝章

松末 親則 様

勲六等旭日賞

小森 繁木 様

勲六等瑞宝章

須賀井 敏雄 様

勲六等旭日賞

阿部 雅治 様

勲六等瑞宝章

出口 秀夫 様

従六位勲五等瑞宝章

岡田 義行 様

敬告

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

生前の居住地

滝口 健次 様 15・7・3 阿南市

栗本 猛 様 15・7・6 鳴門市

野中 彊 様 15・7・7 松山市

村澤 進 様 15・7・9 徳島市

稲田 稔 様 15・7・14 松山市

阿部 雅治 様 15・7・24 徳島市

渡辺 忠正 様 15・7・25 徳島市

出口 秀夫 様 15・7・26 徳島市

谷 精 様 15・7・27 貞光町

大元 新平 様 15・8・3 西条市

拜木 末吉 様 15・8・5 神山市

岡田 義行 様 15・8・8 松山市

白石 守 様 15・8・21 松山市

井上 岩志 様 15・9・3 松山市

中野 武雄 様 15・9・6 丸亀市

富山 隆一 様 15・9・9 高松市

秋元 利雄 様 15・9・11 松山市

玉井 辰己 様 15・9・15 松山市

田中 国男 様 15・9・22 松山市

広瀬 弘 様 15・9・24 松山市

表紙の言葉

琴弾山から見た砂絵と海辺

馬場 清(松山市)

生まれ育った観音寺へは冠婚葬祭で立ち寄る度に、琴弾公園にある砂絵の寛永通宝を撮影しています。しかし、何時も写真に砂絵のコントラストがハッキリしなかった。砂を掘り返して日数が経っていたことよりも晴れ間

の太陽光線の角度が適切でないことがわかった。

今回も朝夕、昼、午後と足を運び白黒フィルムで挑戦した。この度は、地元の人から写真は午後三時〜四時頃の撮影がよいと教わった。その成果が得られたと感謝しています。

「会員名簿」発行のお知らせ

平成15年版「会員名簿」をお届けします。間違いないよう、各県事務局・地本事務局それぞれ気をつけてチェックしましたが、もし誤りがありましたら、各県の事務局へ連絡をお願いします。(事務局)

編集後記

▽ 厚生年金等の公的年金制度の見直しについて、国レベルで論議されています。一方、企業年金の一つである税制適格年金制度についても、現状では問題ありということから、見直しの動きがあります。▽ 今回は、現状と見直しの方向性等について、電友会本部からの情報等をもとに紹介しました。長い記事となりましたが、ご容赦ください。(稲毛)

四国電友会会報 第百二十四号

発行 平成十五年十月一日

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 〇八九一九三六二〇二三

印刷 株式会社 N T T クオリス

おかげさまで 10年目を迎えました。

私たちは豊かな創造力を活かし
お客様に信頼と満足をしていただける
企業をめざします。

事業内容

●NTTドコモ四国の主要受託業務

電話受付業務「お客様サービスセンタ (☎0120-800-000)」
営業窓口業務「ドコモサービス四国 香川・愛媛・高知・徳島各営業所」
料金回収業務
ドコモ四国代理店様スタッフ研修 他

●当社の主要自主事業

テレマーケティングの企画提案・実施
お客様各種市場調査、広告宣伝・イベント企画・作成
ASP(アプリケーション・サービス・プロバイダー)事業
・コンテンツ制作
・ホームページ企画・運営
・iモード対応システム商品の販売
PHS位置情報電話案内サービス「どこオールン」の販売
人材派遣業 他

ドコモサービス四国 株式会社

本社/〒760-0020 高松市錦町2-4-8
香川営業所/愛媛営業所/高知営業所/徳島営業所
<http://www.docomo-ss.co.jp>

お子様やお年寄りなどの
外出時の居場所が
確認でき安心です。

位置情報電話案内サービス
どこオールン

ドコモサービス四国株式会社
「どこオールン」サービスセンタ
☎0120-704-070
受付時間●9:00~19:00

