

# 四国度友会会報

第 1 3 0 号

平成17年4月

(撮

16 1615 15

影:中村	正直さん)			
物故者叙位叙勲/敬弔/表紙の言葉/編集後記・・ ・・ 16俳句(香川)・・・・・・・・・・・・・・ 161「グループホーム サルビア」入居者募集中・・・・・ 15	介護ボランティアセンターの研修会開催・・・・・・15テルウェルだより「友佳里句会」由来記・・・・・・・・・・14サークル紹介	「愛媛NTT・OBインターネット愛好会」の現状・・ 14M・M(マルチメディア)コーナー NTT美馬・三好OB会ボランティア部会・・・・・13ポランティア部会・・・・・・13	ンティア 召 子 イア 西日本 ユメント イア 田田本	NTTブループの動き NTTTグループの動き NTTTの日本四国支店に名称変更・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

【設備計画】

IPネットワークの構築により、ブロードバ

最新技術を導入した広帯域かつ先進的な光

ンドサービスの積極的な販売に対応できるよ

光化投資に重点を置くこととし、

は三千八百億円

(前年度見込比▲百億円

置づけています。

# TT西日本

平成十七年度事業計 減収傾向続くも 黒字確保を目指す 画認可申請 

Pサービスの利用拡大に向けた重要な年と位 部門であるブロードバンド市場でのサービス 事業計画を総務大臣に認可申請しました。 価格両面における熾烈な競争という環境の 同社では、固定電話市場の縮退傾向、 NTT西日本は、三月 平成十七年度を光アクセスサービス・I H<sub></sub> 平成 十七年度 成長

サー 画の概要は次のとおりです。 ビス計画

電話サービスの本格的な拡大により、加入電あることに加え、ドライカッパを用いた直収 線とそれぞれ純減を見込んでいます。 を図り、Bフレッツの純増数を前年度(見込) 話 の二倍に押し上げる計画としています。 ▲百九十一万回線、 方、固定電話市場は引き続き縮退傾向に アクセスサービスの付加価値の向上 ISDN▲五十三万

四

収支計画及び設備投資額 (単位:億円)

_			_	_		(T-12-1/0)	
-	Ŋ	頁	E	1	17年度 計画	16年度 見込	増減額
	総	4	Z_	益	20, 170	21, 410	<b>▲</b> 1, 240
	総	星	貴	用	20, 020	20, 630	<b>▲</b> 610
L	経	常	利	益	150	780	<b>▲</b> 630
	設	備扌	2資	額	3, 800	3, 900	<b>▲</b> 100
L	(注	) :	アク	セス光	約1,600	約1,500	+約100
	Pht	March March	光化	上率	84%	81%	+3ポイント

(注):アクセス光は、アクセス網光化投資の再掲

加入者回線 れていない

(現在、

会社の事務所や個

という意味

「ドライカッパ」とは、

電気信号が

(空いている) メタリック

### 主要サービス計画(純増数)

	<u> (単位:万回線)</u>		
項目	17年度 計画	16年度 見込	
Bフレッツ	80	40	
フレッツ・ADSL	40	60	
(ブロードバンド合計)	(120)	(100)	
加入電話	<b>▲</b> 191	<b>▲</b> 47	
ISDN (INS64換算)	<b>▲</b> 53	▲37	
(固定電話合計)	▲244	▲84	

より、

既存サービス収入の減収スピード

が

層加速されると想定しています。

利用による直収電話の本格化による影響等にに実施した電話料金の値下げ、ドライカッパー方、減収要素としては、平成十七年一月

減収要素としては、

-成十七

车

### 解説 「ドライカッパ」 とは?

すとしています。

度は黒字

(経常利益百五十億円)

では更なるコスト削減に着手し、

確保を目指ものの、同社

このように、

減収傾向は続くもの

## 1 ドライカッパの意味

リックケーブル)を意味します。 話回線などに利用している銅線 ていない状態です。 う意味で、 また、ドライと カッパとは「銅」 水道管に例えれば水が流れ「ライと」は"乾いた"とい のことであ り、 (メタ 電

他事業者のドライカッパ使用

に使われています。

人の家へ伸びている銅線)

2

いわゆる直収電話など)

えるようにその使用を開放する の事業者がこのドライカッパを使 (他の

### 【収支計

展開等です。 スの充実、ソリューションビジネスの更なる 増収施策としては、 ブロードバンドサー

2

に課されました。 事業者に貸す)義務が、 数年前にNTT

電話サービスを提供できる訳です。 自社のユーザーに向けたADSLや固定 いるものです。 する電話サービスが直収型固定電話サ ビス(いわゆる直収電話)と呼ばれて 他事業者がドライカッパを利用して提 他事業者は、ドライカッパを利用して

事業者がドライカッパ使用によるサービ収益はNTTへ入っていたのですが、他 がしかのドライカッパ使用料をもらい 益も他事業者へ移ってしまいます。 がそちらへ移ると、加入者回線部分の スを始めて、 従来、 もちろん、NTTでは他事業者から 来、基本料等の固定電話サービスのNTTへの影響は? 従来の収入よりも相当の減となり ゆると、加入者回線部分の収くれまでのNTTのお客様 ま何

たように、収益に相当の影響が出るものこのことからも、本文の記事でも述べ と思われます。 めて、 料や通話料の見直しをしました。 ないように、平成十七年一月から、 NTTとしては、 今までのお客様が他事業者へ移ら 自己防衛のためも含

几

ご容赦ください 的 制度的に厳密さに欠ける部分については 編集部なりに平たく解説しました。

# 一六」営業時間を延 前九時から午後九時まで 一月一日から全国で

等を電話で受けている「一一六」の営業時間転や各種サービス等のご注文・お問い合わせれて下西・東では、お客様からの電話の移 前九時から午後九時までとしました。 平成十七年二月一日から四時間延長し、

等にお応えし、より一層お客様サービスの向以降も営業してほしいとのお客様からの要望お客様のライフスタイルの変化や、午後九時 としていたものですが、 上 を図るために延長したものです。 従来は、午前九時から午後五時までの営業 生活様式の多様化等

り一層便利に「一一六」をご利用いただける ご相談してからお申込みいただけるなど、よ くりとお問い合わせいただいたり、ご家族と のと期待しています。 NTT西・東では今回の延長により、 お客様が時間に余裕のある夜間帯にゆっ 今後

# NTT西日本四国支店に名称変更 NTT西日本愛媛支店が

平成十七年四月一日から

ました。 核支店として、 NTT西日本愛媛支店は、 四国エリア全体を統括してき 四国エリアの 中

から見て違和感があることがわかってきたた体の営業支援等を行うことに、他県のお客様 しかし「愛媛」という名称の支店が四国 今回、 名称を変更したとのことです。 全

### お知らせ

# 各県電友会総会のご 久し振りの人に会えますよ

☆愛媛電友会 愛媛県県民文化会館 五月二十五日 (水) 午前十時から

☆香川電友会 香川県県民ホール 六月一 日 (水) 午前十時から

☆徳島電友会 ウェルシティ徳島 五月十 九日 午前十一 時から

高知電友会 知商工会館 五月十 八日(水) 午後三時から

# 電友会発足十五周年記念行事

に関連する次の行事を企画しました。 う形の全国組織として発足したものですが、 OB会を、 平成十六年度で発足十五周年を迎えました。 この節目をとらえて電友会本部では、 位あるいは地域ごとの連合体であった電 在の電 電友会本部・地方本部・支部とい 友会は、 平成二年に、それまで

インターネット囲碁大会」の開催 女性フォーラム」の開催です。 1 「アンケート調査」の実施、 3 「電友会 「全国

匹玉 それぞれについての本部の企画のねら での実施状況等は次のとおりです。

友

|れからの電友会活動に結びつけるための「ア する会員の意識や意見・要望等を把握し、こ |ンケート調査」です。 を友会の 組織運営や活動のあり方などに関

|いただいた方々ありがとうございました。 | 員数に応じて四県合計で九十七人の会員に調 査票をお渡ししてご協力をお願いしました。 返送され、現在、本部で集約、 ングによる方法で行われ、四国では各県の会 この調査は、 かなり多くの設問でしたが、 回答は、二月末までに直接、 会員五十人に一人のサンプリ 調査にご協力 分析中です。 電友会本部へ

### ☆ 「四国電友会親睦囲碁大会」 インターネットを利用して開催

るとともに、電友会会員のレク活動を支援す るため、全国規模での「電友会インターネッ ト囲碁大会」が企画されました。 NTTが進めているIT普及推進を支援す

兀

玉

電

|ネット利用による対局を行いました。 |はOBサロンのパソコンを使用してインター |表により二月二十五日、各県電友会事務室又| 四国大会は、各県の予選会等で選ばれた代 囲碁大会」を開催することとしました。 の代表選手の選考を兼ねた「四国電友会親睦 四国では本部の企画を受けて、 全国大会へ

3

0 号

1 四国大会の結果は次のとおりです。 級位者グループ」(2月25日午前実施

(優勝) (準優勝) 平岡 岡西 哲さん(徳島市)

有段者グループ」(2月25日午後実施 (優勝) 河合 雅夫さん(松山市)

2

国代表と決まりました。 の結果、 (準優勝)徳広 孝敏さん (高知市) 河合雅夫さんが全国大会への四

されました。 日間、 ーネットを利用して、三月十日、十一日の二 (参考)全国大会は、 全国各地方本部代表十八名により実施 準決勝戦まではインタ

戦で惜敗しました。 東北代表)は勝ちましたが、 四国代表の河合さんは、三月十日、初戦 続く対信越代表 **(対** 

れ、 北海道代表と北陸代表により対面対局で行わ なお、 北陸代表(竹中宏行さん)が優勝しまし 決勝戦は三月二十五日、 日本棋院で

感想をお聞きしました。 [国大会と全国大会を通じての河合さんの 

機械相手に打っている 対局は、相手が見えず、 感じで、雰囲気がもう の後、遠ざかっていた。 ったことはあるが、そ インターネットでの 『昔、パソコンで打

リックミスで失敗したところもあった。 持ち時間が気になって慌てたり、 つという感じだ。

プ」と「級位者グループ」の二つのグルー

四国では親睦の意味で「有段者グル

インターネット対局も増えるだろうが、「慣しかし、時代の流れでもあり、これからは るだろう』 れること」で囲碁を楽しむ一つの方法にもな

# ☆「全国女性フォーラム」の開催

三月三日 「全国女性フォーラム」が、銀座ラフィナ (東京) で開催されました。 (雛祭りの日)、電友会本部主催

務局長)が出席しました。 四国からは合田勢津子さん(徳島電友会事

る女性会員の活動状況が紹介され、続いて女名の女性会員が参集し、各地方・支部におけ当日は、全国各地方本部・支部から二十四 活発な討論が展開されました。 性会員の増に向けた活動のあり方等について 当日は、全国各地方本部・支部から二十

チュアー・センター代表取締役、澤登信子氏なお、討論会に先立って、㈱ライフ・カル 子さんのレポートを紹介します。 創り~~のテーマで特別講演がありました。 楽しい・美味しい・嬉しい・お役に立つ関係 による「イキイキ女性が創る長寿社会」~~ 四国代表として出席された合田勢津

# **|全国女性フォーラム」に参加して**

徳島電友会事務局長

合田 勢津子

した。 京)で「全国女性フォーラム」 三日、銀座ラフイナート 電友会発足十五周年記念行事として、 (旧:京橋会館)(東 が開催されま 月

3 2 平成17年4月 部を紹介します。 等について意見交換を行いました。 れまでの取り組みや課題、 活動の活性化及び組織強化等をテーマに、 他の地域で成果をあげている取り組みの一 各地方本部を代表した二十四名が女性会員 女性会員の集い 会等)を開催 女性会員の活動の活性化の取り組み (フォーラム、 今後の重点活動

# 女性役員の増

43 支部会報発行に投稿、 企画、 編集に参加

ア活動、 の参加要請 各種会合 レク活動、 (懇親会、 新年会、 各種サー ボランティ クル等)

(5) サー 支援 クル活動、 ボランティア活動等の推

7 6 活動拠点の確保 NTT - OB作品 展 0 出

9 (8) 懇親会に女性の意見を取り入れた催しを 懇親会等へ参加する女性 へ特典付与

企画・ 実施

### (2) (1) NTT地域〇B会、情報の性組織の強化の取り組

几

副部長配置 女性役員の登用 女性役員、 サークル活動・ 入会勧奨 会員増強委員会による個別勧誘 レク行事等への参加者に会、情報案内部門の会、 (地方本部、 各支部への

第三十七回「電気通信産業功労賞」

(平成十六年十一月)

4 活用 各地域組織 (三二組織) における女性の

765 女性会員によるプロジェクト会議の開 支部事務局長会議で問題 没提起

催

遅ればせながら、

ご紹介します。

るとして功労賞が贈られました。

大変、おめでとうございました。

等により電気通信産業従業員の模範とす

電

気通

信事業に永年従事し、 佳城さん(香川町)

技能優秀

|組織の分割細分化

り、 現在、 女性会員が少ないのが実態です。 26 2 % 把握できている女性会員の比率は 四国30・5%という状況であ

(1)

第十三回

「四国電友会会報編集委員会」

二月七

Ę

番町ホテルで開催しました。

ます。 参考に、 的な電友会を目指して、他地域の取り組みを知人・友人に入会勧奨できるよう、より魅力 今後、電友会役員はもとより、会員自らも、 事務局として努めたいと考えており

皆様のご意見ご要望もお待ちしております

いました。年度の会報発行計画等について意見交換を定

なお、この委員会で、少しでも印刷文字を

代理出席)の各編集委員が出席し、平成十七山本(香川)、元木(徳島)、三本(高知:

芳野本部長、稲毛編集委員長、松澤 (愛媛)、

意見交換



ラム」 で討論中

### 「全国女性フォ (中央の白い襟が合田さん)

# (2)平成十六年度事務局長会議

別途開催される理事会に提案することとなり から、会報の用紙サイズをA4判にする案を、 大きくするため、会報第百三十号 (四月発行)

二月二十 应日、 えひめ共済会館で開催 ま

年度事業計画実施状況、②平成十七年度事業本理事、稲毛事務局長が出席し、①平成十六方本部から、芳野本部長、田中副本部長、藤合田(徳島)、宮本(高知)各事務局長、地 計画策定等について意見交換を行いました。 各支部から、 (愛媛)、 川 加

# (3)第二十二回全国事務局長会議

三月四 稲毛事務局長が出席しました。 日 NTT東日本本社ビル で開 催

の骨子とポイント 主な議題は、①平成十七年度事業計画 (本部及び各地方本部

関連のお知らせ

会

会員

当時

0

した。

「個人情報保護法」

「個人情報保護法」の施行と

で契約できる商品としてご案内しています。

会員データの扱いについて

電友会推奨保険の勧奨関連

電友会では、NTTグループ職域代理店である、 ら保険サービス(株)(以下、「きらら」)をとおして、

の皆さんが、アメリカンファミリー生命保険会社(以下、

「AFLAC」)の保険商品を通常よりも割安な保険料

その際、皆さんに具体的に検討していただけるよう、

お一人おひとりに適応した保険料を表示した案内資料等

を保険会社が作成するために、電友会では「きらら」に

対して『会員名簿』(補正版を含む)を提供しています。

1日から「個人情報保護法」が施行されたことに伴い、

先般、両社連名で、①目的以外には使用しない、②秘密

保持を遵守する等を記した「データ取扱いに関する誓約

なお、この件に関して、今後、会員データの使用を個

別に停止することも可能ですので、使用の停止を希望さ れる方は、お手数ですが各県電友会事務局へご一報下さ

い。電友会から保険会社へ使用停止の連絡をします。

「きらら」「AFLAC」両社では、今までも会員の個 人情報については厳重に管理して来ましたが、今年4月

### (4)についてでした。 報告事項のルール-成十七年度以降の 四理事会

平成十六年度第二回 月二 日 番町 ホテルにお

11 て開

催

た。

ました。 総会提出議 務局から稲 本、 長 毛、 中田 松澤が出席し、 ・山、藤丸、末永田中、資延、旭野 ②総会の運営方法、

本 口 平部長、藤<sup>士</sup> 末永各理事と、旭野、徳広各副 ①第三十四 ③ 四 玉

> 17 て意見交換を行いました。 会報については、

紙サイズをA4判にすることが了承され くするため、 (従来はB5判) 第百三十号 一十号(四月発行)から用少しでも印刷文字を大き まし

ては、 検討することとなりました。 方針が定まり、 また、今年が発行年となる会員名簿に 従来の横長から縦長の体裁にすることで 取扱いやすさ向上及び印刷費削 掲載項目等の 細部は今後更に 減のたい

一友会会報及び会員名簿の体裁等の変更につ

(注) 電友会推奨保険のうち、「電友会傷害保険」及び「自 動車保険」については、勧奨の際には、皆さんに共通 の資料を会報へ同封するなどの方法をとっていますの

で、会員データの提供は行っておりません。

平成17年4月1日

書」が提出されています。

電友会四国地方本部

各県電友会事務局の電話番号は、7ペー ご覧下さい

りにやれるだけのことをするしかないと覚は偽りなく共通だということもわかり、私・

こいうのが本当のところです。一年一がむしゃらにやってきて早や四年がれるだけのことをするしかないと覚悟なく共通だということもわかり、私なな

存続させたいという強い気持を持っ

7

いる

を決

め、

年が崖っぷちで、

スタッフには毎年増えて

11

どこまでいっても決して 忙しさの中で喜びや充

節目ごとに意思

確

改善の過程

過ぎたというのが本当のところです。

楽にはなりませんが、 実感を感じてくださいと、

をしながらやってきました。

の支援やグループ会社の協力も得られ

支出は全く増やさず、

収

ハッフがおれる

病院スタッフ

く業務を前にして、

# NTT西日本高松診療所 防医療センタ

樹

しています。 匹 も 年が過ぎようと T Tに 来 て、

西日本高松診療所予防医療センタ

NTT

0 6

い状況でした。しかし、スタッフの誰もがかと無神経に話をするNTT社員も数知れ当初は、来院してもつぶれたんじゃない

まったというのが正直なところでした。

そういった事情もよくわからず来て、病院の混乱から私が来ることとなり

私が来ることとなり ら診療所と縮小さ TT西日本高松病

ŧ

れ院

# 健康のページ

で来たなという思いもあります 一丸となった努力の結果です よくここ

名しました。 |りのサポートをしたいという理念を掲げて改||頂き、健康でありたいという皆様のできる限 た。これからは病気になって病院を訪れるの ではなく、 「松診療所予防医療センタ」と改名しまし |院は昨年から、正式名称を「NTT 病気にならないために病院へ来て 四 H

ですので、一度アクセスして下さい アドレスは http://www.ntt-hospital.jp です。 ホームページも近日リニューアルする予 定

### 〈理念〉

高度で、 様一人ひとりに合ったサポートをすること 提供し、明るく健康な生活を願う地域の皆 で地域医療に貢献する。 NTT西日本の社会的貢献の象徴として、 良質安心な、温かみのある医療を

## 〈基本方針〉

玉

一 患者様の選択権、自己決定権を尊重 トをすることを目指す 患者様の一生涯にわたるライフサポ Ĺ 1

几

- 三 日々研鑚に努め、世界的視野に立った 患者様の立場にたった医療を行う 力する 最先端の医療と知識を提供できるよう努
- 努める あるよう、 患者様に安心、 常に患者様の声を聞くように 信頼される医療機関で

0

Ŧi. 献し、 他の医療機関と連携 地域住民の健康増進のため努力す医療機関と連携し、地域医療へ貢

く来て頂いております。ですからほとんどのれらの患者の方は皆さん、大きな自覚症状なが最大の特徴です。当院へ通院されているこの過程でなんら自覚症状がないことが多いのます。しかしながら、生活習慣病はその進行 脳卒中に倒れることのないように予防しサポで苦しむことがないよう、そして心筋梗塞や 病が約三十%というのが現状です。います。ガンの死亡率が約三十%、は、現在、ガンと同じ程度の死亡率 ンによる死亡率を超えていくと推定されてい ートすることだと思っています。 生涯を通して、それらの病気による自覚症状 ています。我々の仕事は、通院される方の一 はなくとも治療の必要性を理解し、 方が月一回受診されるだけですし、 心筋梗塞へと進展します。これら生活習慣病 活習慣病は、 Щ ガンと同じ程度の死亡率を占めて 動脈 硬化の憎悪により脳卒中 脂 岬 肥満 生活習慣 来て頂い 今後はガ 自覚症状 はどの や生

人間ドックシンポジウムにおいて、パネリス間ドック学会主催の、第一回アジア・太平洋してきました。また、来年開催される日本人 発表することになっています。 トとして当院における動脈硬化検査の結果を クの結果を中心に数多くの論文や学会で発表 入れております。これまで、 そこで当院では特に動脈硬化の検査に力を 当院の人間ドッ

上になんらかの改善すべき健康問題があるの現役社員の九十%以上、現役社員の八十%以 けではありません。五十歳を超えるNTTの 病気になれと失敬なことを申し上げているわ 皆様、是非とも当院をご利用下さい。 ですから、 この記事を読まれている電友会 何も

> らのことと思います。 が現実です。電友会の皆様の年齢ならな

院の方向性を決定することになりました。おめで、十七年度の収支結果をもって個々の病最後になりますが、昨年末の労使の取り決 がおられましたら、是非ご一報お願いします。 います。もし当院の運営に協力して頂ける方 の方に院外スタッフを要請し協力して頂いて 何らかの決着がつくものと思われます。 そらく、十七年度の結果で当面の存続問題に 育てていきたいと思っています。現在も数名 状況が変えられなくなってから動いても意 を訪れて下さる皆様と一緒になって病院 私は当院で働くスタッフば かりでなく、

味がありません。 今が、 動いて頂くその時と

どうぞ宜しくお願い申し上げます。

0 (六ページ) 個 人情報保護法 に関連 関 連の お知らせ

りです。 各県電 友会事 務 局 の電 話番号は 次の とお

香川電友会 徳島電友会 愛媛電友会 知電 〇八九 〇八八-六二一-四一三七 九三六一二〇二三 几

### 生き甲斐を感じ・ キュメント

# 子供達と一緒に 武道の「なぎなた」を楽しむ

ながら、 源平青少年なぎなた大会などのお手伝いをし オリンピック・カップ中学生なぎなた大会、 指導員の資格を取得して、JOCジュニア・ を教えている指導員の井澤順子 んを紹介します。 和五十六年、 スポーツ少年団で子供達になぎなた 公認なぎなたC級スポーツ (丸亀市)さ

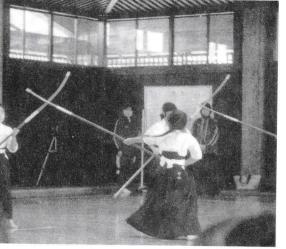
ます。また、「リズム・なぎなた」と言って、 デモンストレーションもあります。 音楽に合わせてリズミカルになぎなたを扱う 武道として広まり、 衰弱しましたが、 時代から室町時代にかけて発達し、 り上げられ、色々な大会で競技が行われてい なぎなたは、日本古来の武道として、 江戸時代には僧侶、婦人の 戦後はスポーツとして取 その後、 源

四

玉

県立丸亀武道館でも週二回家小学校の体育館で週二回 有段者として、 生のもとで、昭和四十六年から指導を受け、 ている丸亀なぎなた連盟会長、 なたを教えています。 鬼房が始祖である「天道流」の ?稚園児から小中学生の子供達に、 井澤さんは、 7中学生の子供達に、丸亀市郡現在は丸亀スポーツ少年団の 織田、 豊臣 ] の流れを継承し1時代の斉藤判官伝 未、 椎野久米代先 土曜) 金曜)

> なりました。 亀スポーツ少年団でもなぎなたを習うことに た連盟に入会し、 職時代の昭和四十八年、本格的に丸亀なぎな 子供さんが小学四年生の頃、なぎなたに興味 を示す)に感動したのがきっかけだそうです。 して、その礼譲(礼儀を尽くして謙虚の態度 警察署の道場で実際に稽古しているのを見学 を持ち、それで初めて子供さんと一緒に丸亀 丸亀支店を平成元年に退職しましたが、現 井澤さんとなぎなたの出会いは、 続いて昭和四十九年には丸 ご自分の



指導中の井澤さん(こちら向き)

左右すねの繰り出し、こ正しく正面、左右側面、左右側面、 せます。 左右側面、 その後、 繰り込み動作を習得さ 左右胴、 なぎなたを使って 左右こて、

でないので、続けさせるための苦労もしましびる子供に比べて武道に対する心構えが十分えています。また、途中でやめる子供は、伸の心、即ち、思いやる気持が大切であると教通じて躾たり、動作では仕掛けに対する受け 日本武道館で行われた全日本少年武道(なぎたことは、教えていた子供が、平成十三年、それと、指導者として印象に残る嬉しかっ を出し、素直さが全面に出て日頃の実力を十 分に発揮し優勝できたことです。 なた練成)大会で、いつもより気迫のある声 体育大会で活躍する選手が育っています。 た。そのような努力が実り、 代っ子の素直さに欠ける面はなぎな 高校総体や国民

らも元気で子供たちと楽しく大好きななぎな 味の「らしく又、生涯スポーツとして共にが たでがんばりたいと思っているそうです。 んばろう」の語句を座右の銘として、これか い行動をして、心と身体を練磨するという意 えであるなぎなたを通じて、それにふさわし 実感しています。それと、恩師椎野先生の教 弱気になる心を、精神的に強くして貰ったと 子供達への指導などを通じて、物事に対して させ武道を続けてきた苦労、競技での緊張感、 井澤さんにとって、なぎなたは仕事と両

(山本編集委員 記 スポーツです。

教える立場になって、子供達 礼に始まり礼に終わる礼譲

0

おじぎの仕方、

まずは礼儀の正座、

なぎなたは、

### 月

# 私

# (石井町

|だれかタスケテ! |糖尿病に一歩手前。少しでもやせようと毎日 |て煙草をやめて体重が十㎏増。血糖値が高く、 時間の散歩と、ゴルフの練習に明け暮れて ますが、いっこうにやせないこのつらさ。 退職 じてから早や四年目。それを契機とし

# 阿竹 淳子(さぬき市

たり ました。途中二年間、体調をくずしヨーガは やめてしまい、今は茶道のみになりました。 茶道は大好きで、 仕事を辞めた当初は、ヨーガと茶道を始め 退職してもうすぐ十年になります。 、着物を着るのも楽しみで続けています。 お茶会でお道具を拝見し

# 久美子(安芸市

|ら感心する次第。六十歳にして人生再出発! で頑張っています。 成る、サビた頭もまだまだ使えると、我なが エクセルと悪戦苦闘の日々。それでも為せば 文書の作成をするにも下手な手書きは通じな てネットもメールも関係なく過ごした。 プロ、パソコン触りもせず、時代に逆らっ 現役時代はもちろん、退職後の十年間、 ところが、サークル歴八年。名簿の作成、 テキスト片手にローマ字入力、ワード、 ワ

几

玉

電

友

会

# 紀恵 (松山市)

哑 ·吸で総てがわかりあえる友人達とのなが~ NTT時代から今日まで、「あ・うん」の

お付き合

の時間です。 て満ち足りた気持を味わうことができる唯一 もはや、 家族同様の存在であり、 私にとっ

得た大切な財産だと思うこの頃です。在職中の懐かしい思い出と同様、N NTTで

### 大沼 (松山 市

うと思っています。 います。 がら毎日を過ごしております 完成した作品の喜びを味わっています。 八十八ヵ所」巡りをデジカメ片手に再開しょ また、町内会活動等で中断していた「四国 老化防止にと思って「木彫教室」に通って 退職して三年、 年齢相応に上達しないものですが、 健康であることに感謝しな

昨今です。 健康であることを願いゆっくり歩んでいる

出

### 岡内 節子(高松市

今の所、 ションが悪い時もありましたが大病もせず、は生活リズムに慣れなくて、身体のコンディ か維持しております。 退職して早や十年になりました。退職直後 基本健診の結果は標準数値をなんと

また、 りをして脳の活性化に努めております。 これからも、健康で楽しく老後を送ってい 毎週、茶道・手編等のけいこごとに出 たらと思っております。 友達と旅行にも行き、 感動したりお喋 かけ、

### 岡田 恂三 (加古川 市

この三月、 県立四年制老人大学を卒業し、

> 持っています。まだまだ頑張ります。 十分ばかりの神戸を利用しています。 このほか、ITや古代文学などにも興 また、 いてあと二年、 体のリフレッシュには、新快速で三 大学院を予定しています。

### $\Diamond$ 岡本 **綾子**(春野町

なり、幼稚園へ行きホッとしています。頑張っています。やっとこの一月で満三歳 話をする日々です。 が、今は、平成十四年一月に生まれた孫の世 た。退職してすぐ絵の教室に通っていました が電友会報で伝えられうれしく思います。 せて出勤していましたので、今度は私の番と さて、私は退職して十年三ヶ月となりま 皆様もお元気でお過ごしください 一来たらどうでしょう? 絵の教室へ復活したいのですが、二番 退職者の皆様、 お元気でお過ごしのご様 我が子の時は義母にまか 目 が

## $\Diamond$ 憲雄(松山

たので、 ます。 域のボランティア活動参加も難しくなってき 昨年、 第二の職場を退職して四年が過ぎました。 仕方なくパソコン相手に遊んでお 体調を崩し、今まで関わっていた地

せず、毎日が日曜日の特権?を活かして、気だりBGMを選曲したりと、完成時期を気にDVD化に挑戦中です。タイトルを書き込ん っております。 が向けばパソコンに向かうといった日々を送 押入れで眠っていたレコードのCD化 現在は子供達を撮影した八皿フィルムの

# 市

ュア無線等の趣味に当てています。 としてビデオ撮影、編集、 のうち三日間は勤めに、 のサービスデーに、後の二日間は自分の時間 康のありがたさを痛感。 退職して十年。 昨年大病をし一ヶ月入院。 二日間は家内や孫へ カラオケ、 今は元気で一週間 アマチ

分で計画して、年数回は一週間ほど二人で旅ーまた、私も家内も旅行が大好きなので、自 行して楽しんでいます。 私も家内も旅行が大好きなので、

をしています。 てばと思い、趣味を活かしてささやかな活動 それから、 地域の方々に少しでもお役に立

### 退職して七年を迎えました。 尚 (東温 市

みと腫れに悩まされていますが、先祖伝来の右足首の軟骨減少により、無理をすると痛 けない農作業で日々暮らしています。 田畑を守るため、乗用農機で足首に負担をか 余暇には、毎年、パンジーを五百株程、

一達に心和んでくれるよう願いながら、その県道ロータリーに移植し、往来するドライバ生から育て、半分は庭先に、半分は自宅前の余暇には、毎年、パンジーを五百株程、実 管理に精を出している今日この頃です。

几

### 佐藤 俊夫 (海南町)

ようとしております。 いもので三月末で、 退職して四 年が過ぎ

思っていたのですが、なかなか思うように出 来なかった様な気がします。 退職すれば、あれもこれもやってみたいと 今は少しばかりの野菜作りと、 夏は河に鮎

> を、冬は山に猪や鹿を追い楽しんでおります。 ております。 これから先も身体が健康で過ごせればと願

皆さんも元気にお過ごし下さい

# 漆川

ます。 たのですが、二年前に父を九十歳で見送り、 退職時は、ゆっくりと旅行にでもと思ってい 話を兼ねて、姉妹交代で週二回ほど通ってい また、一年前から九十三歳の母の見舞いと世 退職して四年がたちます。早いものです。

掛け、また、 たいと思っています。 健康だからと思っています。 事会、忘年会、 た水泳と朝のウォーキングも健康のため始め その間は、 もう少しおちついたら、退職時に通ってい 以前の職場の親しい仲間とも食孫からの呼び出しでいそいそ出 小旅行等と出掛けられるのも

### $\Diamond$ 白方 啓嗣 (松山· 市

されております。 いたのに、子供や孫との関わりで日々振り回退職後は色々気楽にできるだろうと思って

男をかかえ、息子・娘共々隣りに居住してい 泊まりにやってきます。 ることもあり、土曜日には待ちかねたように かやと気ぜわしく、長女の子も六歳と八歳の 昨年、長男に待望の男の内孫の誕生で何や

ぎた私達夫婦には心地良く感じられ、更に、 いう実感がします。皆様ご自愛されますよう。 ファミリーが元気でいる事が、幸せであると 孫のオクターブ上がった声は、六十歳も過

ます。 手伝いをしながらの、いたって平々凡々の日た。四季折々の風情を楽しみつつ、家事等の 常生活ではありますが、元気に暮らしており めぐり来る春の訪れも七度目となりま

皆様のご健康をお祈りします。

### 静雄 (高 知

と思っております。 相談者の方から採用内定の報告、或いは礼状 就職活動のお手伝いをさせて頂いています。 を頂く事が励みとなり、 て、求職者等に対してのキャリアアップ、再 人誕生、と一大イベントが重なりました。 退職後、 『就職は、キャリア・コンサルタントとし 三年余り二人の息子の結婚、 今暫く続けてみよう

忙しい日々です。 海外旅行、買物、 休日には、孫達との食事、 船釣り、 陶芸、ゴルフ等と 毛嫌いしていた

けてやっております。 身体もガタが来ており、 健康管理に気をつ

## 健 (香川町

の頃です。 の空気を吸っての犬との散歩に始まる今日こ 犬の元気な声に起こされて、さわやかな早朝 幸い健康に恵まれ、「ワン、ワン」とい

マージャンをしたりの楽しい毎日です。 がら、好きな旅行をしたり、 を送っています。NTTの警備の仕事をしな でおり、女房と二人静かな田舎で第二の人生 三人の子供達は、それぞれ好きな道を歩ん 山に登ったり、

| りましたが、経過良好です。退職後は、狭心| 在職中に心筋梗塞・心臓のバイパス術とな 療済)と病気との闘いが続いています。 症(治療済)・糖尿病・閉塞性動脈硬化症(治 んでいます。 趣味は、 退職して四年、 サツキの盆栽作り(三十年)に励 毎日がサンデーです。

張って行こうと思っています。 に伴い後整理に追われています。 人生の節目「還曆」です。現在は、 日課は、一日二回歩くことです。 「朝のこない夜はない」この言葉を信じ頑 今年は、 父の死去

|知症」にならないためり出身、 ・リー・れば上がる!」ストレスが溜まります。「認た下がったで一喜一憂。「買えば下がる!売している。」 リイー・ 単り等 構か上がっ |がらも結構おもしろくやっています。||地区の役員を次々に引き受け、バタバタしな てもクヤシイ。 す。『金欠病』は年中患ってはいますが。 での小遣い稼ぎ・旅行・釣り等。株が上がっ 町協議会・消防・公民館・神社総代等々、 楽しみは、経済新聞を側にインターネット 今一番の悩みは「花粉症」、気が滅入りま そんなこんなの毎日です。

匹

### 和子 (坂出市

わせて四人となりました。盆・正月はの息子がそれぞれ良き伴侶に恵まれ、 きた義母を昨年亡くしましたが、一方で三人 ·一年が過ぎました。この間、長年看病して月日のたつのは早いもので、私も退職して 盆・正月は 孫はあ

会して賑やかです。

すが、香川長寿大学に通ったり、亀友会ハイ たりもして楽しんでいます。 入って、仲間と、良き時代をなつかしく話し キンググループ、同ボランティアグループに 年とともに時には体調の悪いときもありま

# 武司(いの町

域のお世話等しています。世話、商売の家業、今まで 退職後の予定と相違して、実家に帰り母の 十二年に全てを退職して五年になります。 今までの恩返しのため地

もとれる便利な言葉として、ひとりで納得し情の反省点でもあるが、前向きにも後向きに するこの頃です。「まっ、 ています。 もとれる便利な言葉として、 「まっ、いいか」と曖昧かつ日和見的に妥協「あっという間の人生だから」が、最近は いいか」は今の世

様のご健康・お幸せをお祈りしています。の人の幸せを願っている今日この頃です。皆シ(シカ)肉で友達と囲んだり、そして全て メールしたり珍味が入ったとか、最近はシ

### 西川 艶子 (高松市)

原因は、変形型膝関節炎で、二~三歩歩く高松市内の病院で手術を受けました。私、昨年十二月十七日から、二月六日まで 引く時は、体をおおいかぶさる様にして歩く と休まないと足が進まず、乳母車(小型)を 通っていました。 ので、通常、十分位が三十分位かかり病院

あり、 り、思い切って手術をお願いしました。病院の整形外科の先生は、四国一との噂 が

> うです。患者の中では遠く東京の方も居まし ともありません。他の人は七㎝位が普通のよて閉じました。しかし、全身麻酔ですので何 ぶし(小)位の黒い石のようなのを二個入れ私は、約二十四位、深さ四㎝切り開き、こ た。皆様の中でも同病の方はおすすめします。

# 西山 富士子(大洲

と地域の行事・会合には率先して出て行って 今は公民館の主事・食生活推進委員・婦人会 います。 退職した途端、 地域の役員が廻って来て、

かさに浸っています。それから、その合間に 現職時代では味わえなかった地域の人情、温 山さん」「西山のおばちゃん」と親しまれて、 孫の子守も。 人までの料理教室等もやっているので、「西 地域の健康づくりということで子供から老

ご用心。 す。でも、 グループで楽しんでいます。結構忙しいんで 趣味としては、詩舞・大正琴を〇Bの女性 今年は風邪をひいて治りません。

# **吉信**(吉野川

す。 ボランティア活動とお酒で明け暮れていま 協議会長等を次から次へと仰せつかり、 域交通安全活動推進委員、またボランティア民生委員・学校評議員・青少年育成会長・地 の日本画の制作もゆっくりと出来ず、 楽しもうとした矢先、 早期退職に応じ、ゆっくりと第二の人生を 町の自治会連合会長・ 毎日 趣味

几

# 退職して早や四年が過ぎました。 ◇ 藤田 茂 (丸亀市)

落しているところです。 、に住んでいます。就職難の時節だけに一段 次男も今春、大学院を卒業し、就職して神

です。子猫に遊ばれながら、 す。遊び疲れると私の側で昼寝とマイペース びかかってきたり、家の中を走り回っていま 家族の一員として暮らしています。大変な「お てんば」でカーテンに飛びついたり、足に飛 一月末に、生後一ヶ月の牝猫を買ってきて、 癒されている毎

### 増田 隆弘 (徳島市

歩と会話に明け暮れる毎日。 退職後、 早くも丸三年。愛犬ラッキー · の 散

の作品が勢揃い、少し鼻高々です。 区 事するのは最高です。ステンドグラスは、 1の文化祭に出品し、家中、ステンドグラス ステンドグラスに挑戦し、 在職中は無趣味な私が、退職を機に、 自慢の茶碗で食 陶芸 地

するのも楽しみの一つ。 また、年末年始は子・孫達総勢八名で旅行

成長した木陰で、弁当を食べる日がくること を夢に見て頑張っています。 徳島県の事業として、千年の森作りに参加。

# 規夫(佐川

昔に戻った」との励ましの声をいただきなが微力ながら、昔ここで遊んだ方々の「公園が動に、住んで良かったと思える所になればと ら、 維持(四月からNPO法人とかの元気村)活 くにある十年来荒れ放題であった公園の復活 思うも、はや弥生も過ぎて、風の中に暖かさ 感じる今日今頃、皆様如何がお過ごしですか。 (身体障害者)大会の開催後処理や、拙宅近 私は今、昨年来の佐川車いすロードレース ボランティアの真似事をしております。 暦新たにし三百六十五日あると

### 宮地 幸子(高松市

々が続くことを祈りつつ・・・・。 ように言う主人と共に、これからも幸せな日 す。「あーいい人生だった」と時々、 り、姑となった今、自分の指針となって、息く、教えて頂いた数々のことが心の支えとな んでもらえる事を生甲斐に過ごしておりま 子の家族と良い関係を保っております。 り、姑となった今、自分の指針となって、 11 現在は足腰痛めて杖を頼りの日常生活です の介護生活も両親を見送った今では懐かし 夫の父が倒れ退職して早や十六年。 自分に出来る事、ちょっとだけ周りに喜 泣き笑 遺言の

# 一忠(高知市

年になります。 仁井田という辺ぴな所へ引越して、もう六 皆さんお元気ですか。当方は準健康です。

が、自宅に入って庭があり、 います。 松山在勤中は写真や絵をやっていました 今は園芸をして

> じような面白さがあります。スミレ大好き、 ベリー大好き。新しい植物ではアンデスの乙 れからブラックベリー、ブルーベリー、ラズ ペチュニア大好き、ハイビスカス大好き、そ 女を種から育てるのが面白く思います。 皆さんもやってみて下さい。 園芸は庭に絵を描いているようなもので同

### 山岡 郁夫 (松山市

ラクトブリッジの教師をしております。 山クラブ・今治クラブで) のです。NTT退職後十三年、好きなコント 第二の就職を退いてから早や六年、早い (松

ポートを電友会においてOBおよびその家族 しております。詳細は電友会にお問い合わせ の方々に、個人指導を毎週水・木曜日に実施 また、NTTの要請で始めたパソコンの パソコンでシステムを作成したりホームペ

ージを作成したりして、 しんでいます。 人生の生き甲斐を楽

### 山岡 昌和 (観音寺市

おりましたが、現状は、 でどおりの生活をしているようです。 れもこれもしようと、いろいろ構想を練って 退職して四年になります。退職したら、 趣味を生かした今ま

片手に、遠くは中国 四季折々の景色や野草の花を写真におさめて っていることから、余暇を見つけては、 います。 のボランティア活動に参加したり、手弁当を 二年前から、仲間四人と、電報配達に携わ 四国の里山を訪ねて、 地区

### 山 佳 (松山 市

|男なら「がんこじいさん」女なら「ひねくれ ばあさん」になってしまうことは避けたい。 時々上京。 な 全なジジ・ババ馬鹿を演じている。 が振れる悦びを感じつつ、ご多分に洩れず完 イアして早や三年、 いのだから、 高知の実父、義母、 仕事には定年があっても、 二人の愚息は東京暮らし。孫の顔見たさに 孝行の真似事をすべく、 親の勝手な好奇心のコンパスの針 願わくば情緒的老化をして、 相変わらずの遠距離介護 共に八十九歳)。 少し早めにリタ 人生には定年は

### $\Diamond$ 米林 幸子 (松山 市

毎日サンデーで早くも四年目、

リズムがとれなくて、

なんとなく一日が終わ

当初は生活

暮らせばいいかなと思う今日この頃です。 なく老いていきます。 小旅行、 っていました。 みながら日々を暮らしています。 今はかわいい孫達の世 プールと今までできなかった事を楽 還暦を迎え気が若ぐても体は間違い 健康で、 話、 父母の 日々、平凡に 墓参り、

兀

# ボランティア紹介

別でした。

N

TT美馬・三好〇B会ボランティア部会 徳島電友会西部地区通信員 康之(美馬市

は現在十八名です。 当部会は平成八年十月に結成され、 会員数

めたたみ、ミシンを敷」の草取り、 伝い ています。 ゴミ拾い、草取り清掃②文化財 主な活動として①道路・緑地 (当部会結成前から続けている)を行っ ミシンがけ、シーツ交換等のお手 ③特養老人ホームでのおしり清掃②文化財「旧家 長岡て①道路・緑地帯等の空缶や

地に運行されたので、近年にない大勢の参加のために主催者が用意した臨時バスを町内各 快晴に恵まれ、また、大会に参加される方々 で紹介します。 回目となる池田町社会福祉協議会主催の福祉 大会ふれあい広場が、 当日は、春日和を思い出させてくれる程の 今回は、当部会結成以来参加 昨年末に開催されたの 今年で九

地区の十名が担当しました。 生の窓口受付業務、 ルで入賞し、表彰される父兄同伴の小・中学 区の役員、書道・ポスター福祉大会コンクー さん方の参加が多かったように思われます。 者で盛況でした。 大会の式典に出席される招待者、 今年は中高生の若い人や、子供づれ 会場案内等を私たち三 町内各地 のお母

ふれあい広場では、

手打ちうどんの実演販

、でつかれた杵つき餅の出来たての味は格 子供たちの「ヨイショ、ヨイショ」の掛

> 評議員 大会委员 大会役員

福祉大会当日の受付席で

ットにも利用されている食品もあり、 日 赤奉仕団の 非常食コーナーでは、 宇 あらゆ 宙 ケ

る食材料が長期保存できるよう製品化されて

います。

分好みの新鮮な材料を利用した料理が食べらいる、「栄養的には少し偏りがあっても、自が市販されるでしょうが、私たちが今食べて ません。 れる生活」 今後、完全無欠の栄養素が摂取できる製 からは、 当分離れられそうにあり

ります。 て十回目と区切りの良い記念すべき大会とな 来年の第三十五回大会は、 わ れわれにとっ

ず、 います。 十五回、 元気で続けよう」を合言葉に誓い合って 二十回と続けられるよう「無理

せ

四

# Mコーナー

### 愛媛NTT・OB インターネット愛好会」の現状 務局 池 東雄 (松山 市

らせします。 、略称「NEON」)から、 愛媛NTT・OBインターネット愛好会」 会の現状をお知

帯になっています。 平成十六年十月現在で百六十三名の会員数 大世

# 会 二 メーリングリストの導入

山・旅行写真の紹介や、 投稿件数 約千六百件)ML方式で運営しています。 睦を図っています。 ・旅行写真の紹介や、踊るメールなどで現在では、地域の珍しい風景・行事・雪 会員相互の親睦と情報交換等の手段とし メーリングリストをスタートし、 (年間メール H T

# ホームページの作成

一愛媛電友会へようこそ」としてリニュ

兀

受講者の希望テーマに合わせたカリキュラ 員六名程度が教室へ出向いて講師を務め、 ムにより、 など、逐次、内容を充実しています。 ーアルし、関連するページ等へリンクする 毎週水曜日と木曜日に開催して パソコン教室の講師 室開催日には、 年間延べ八百七十名) 愛好会からベテラン会 マン方式で指導してい ま

### 五 け マン活動

- インターネット回線のグレードアップ の相談とアドバイス
- ード点検、 修理、 機能アップ、周 讱

います。
手伝いするほか、電話問合せてもすべ等、会員の皆さん方の自宅を訪問しておいます。

皆さんが少しでもIT時代に取り残されない以上で当会の概要を終わりますが、会員の て行けるように頑張っているところです。 よう、また、近い将来のユビキタスにもつい

# 「友佳里句会」由来記

あきら(松山 市

この時から句会の正式名称となった。 偲び、若樹が句碑に添えられた。すくすく伸 往時、 年、二省分離直後に発足しすでに半世紀を超 びよとの夢と希望を托したのであろう。 高校へ転任の際に詠んだ別離の句である。 十七年十月の電電記念日に除幕され、その際、 つ。 ていた漱石が、 佳き友の集う里である句会は、 「友佳里句会」はこのユーカリをもじり、 この句碑は、 兀 此処が旧松山中学の跡地で、 国電電ビルの玄関横に夏目漱石句碑が建 別るゝや一鳥啼て雲に入る 校庭にそびえていたというユーカリを 松山 市内の公社機関の現役と退職者が 電電ビルが新築された昭和三 明治二十九年、 松山から熊 昭和二十四 教鞭をとっ 石

> 肥料抜きの泥のついた生野菜の様な句を持ち 込んできた。 当初より結社 派は関係 化

である。 いあいの楽しさがあり、どうにも奇妙な句会せ、言いたい放題である。それでいて和気あ 句には容赦ない批判(鑑賞とも言う)を浴び メンツから自己主張を曲げないが、他人様自己作品についてはそれなりの想い入れ 0

る。 かしく思い出される。これが友佳里句会であに固まるということか)」等々の感想がなつ でもない」「大和の吊るし柿のようだ(下手がましく、今は亡き先輩達の「内容はそれ程 て、 いる。往時は一刻たりともカンリ社会を脱ったりの変転著しく、現在は〇B中心となって ようなどと悟りの境地に入っている。 り、人間の生死も所詮自然界の一現象と捉え 句会という。香り高き文芸集団。とは烏滸 発足時の現役主体は、 ストレス解消のための逃げ場の感もあっ 今は専らボケ防止の右脳の体操の場であ 現在はOB中心となって 時を経 て人去り人

友佳里の縁いとおし梅ふふむ待ちしております。 出 入会自由、 何時でも誰でものご参加をお あきら

# 【友佳里句会ご案内】

- >会費・・三百円 ◆投句・・七句以内>場所・・〇Bサロンかつやま(南持田町)定例句会・・毎月第二土曜日午後一時〆 ·忘年句会(酒肴 定例句会・・毎月第二土曜日午後 行事探訪) あり 主 吟行句会 (名所
- 仲谷 昭 (九二二 - 三一 兀 兀

テルウェル香川介護サービスセンター

「夕映えの会」F先生による『痴呆の介

護について』の講演で、

F先生ご自身も痴呆

えの会」の仲間とともに、

お互いに励まし合

(認知症)のご家族を介護しながら「夕映

は痴呆症の方とともに学び、

人格を尊重する

「介護

より良い介護を目指した経験は、

ず、

生活習慣病予防の料理は、

# 介護ボランティアセンターの研修会開催

徳島・香川

ウェ ル 西 では、二月二十三日「徳島ボ日本㈱四国支店管内のボラン 介護ボラン

ランティアクラブ」、三月十日「テルウェル ティア活動に沿った研修会を開催しました。 香川介護サービスセンター」で、 ティアセンターでは、

のための料理を学びました。 も元気に!かんたん健康創作料理!』をテー 徳島ボランティアクラブでは、『心も身体 「食べて楽しく、食べて美味しい」がキ」活習慣病予防の料理は、栄養だけに偏ら 食生活の正しい知識と生活習慣病予防

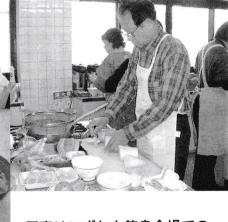
衣のから揚げ③彩り野菜のおろし和え④卯のーワードで、献立は①ちりめん菜飯②わかめ ア先で食事のアドバイスが出来るとともに、 を行いました。 花和え⑤グレープムース、 研修を受けた人達は、 生活援助ボランティ を献立に調理実習

ご自分の家の料理にも活かせると好評で

兀

とのことです。 ことにより、 受講生は介護のあり方を改めて認識した 人間として進歩していく」であ

今後も研修会に参加し、ボランティア活動に は、「自分自身学ぶことがたくさんあった。 で楽しい生活を送りたい」と語っていました。 活かすとともに、私生活にも取り入れて元気 今回のボランティア研修会に参加された方



写真はいずれも徳島会場での 研修会風景

### 「グループホーム サルビア」入居者募集中

「サルビア」では、 軽度の痴呆症と診断され、 介護認定が1以上の方の入居者を募集しています。 【入居料金】・家賃 000円/月 40,

- 12, 000円/月 ・光熱・水費
- 1. 000円/日 ・介護保険サービス費の1割負担

\*入居料金の月額総額は、ほぼ11万円程度 【お問合せ先】 「グループホーム サルビア」 八幡浜市江戸岡1丁目2-9

> 電話 0894-24-161



物故者叙位叙勲

瑞宝単光章

長野

三郎

様

漁

火の行ったり来たり瀬戸涼

紅

梅や茶店の屋根の茅白く

赤井

弔 1<del>7</del> 1 17 ·

お祈り致します。 次の方が逝去されました。

唯 好

バ

ック紺碧春の

故人のお名前

逝去年月日

享年

生前の居住地

花が咲き大勢の花見客で賑わいます。松山城では、毎年、桜の古木に素晴

木に素晴ら

冶 豊

田

井出 巌

河端 豊

心こめ手紙は手書き冴へ返る

佐藤 君代

とどまれば影のふくらむ春の

兀 宮 博

谷條 昭平

苑の奥の奥まで日脚伸ぶ

中山 忠彦

内原

(香川県)

キヌエ

一早立ちの鈴遠ざかる島遍路

東原シズ子

(徳島県) 松岡 正義 で明

正 茂義 明

様様様

17 17 17

2

26 26 1

1

2

三井 昭

膨らみて何時弾けるや葱の花

虫出て淡き日ざしを眩しめる 村尾 和子

フキコ

2

3

4 7

兀

地

で、坂森前高井 高部田谷島上 知 県 利光

利 益 久 男 清 忠

様様様様

17 17 17 17 17

3

3

3

花筵過ぎし記憶の蘇り

 $\blacksquare$ 浩

があり、青い空・櫓・垣沿いに少し歩くと、ま

石垣を背景に桜の花

紙の写真は、

紫竹門から城内に入って石 青空に聳える「南隅櫓」

撮影したものです。

様様様様様様様 17 17 17 17 17 17 17 17 2 1 1

2 3 3 3 2 14 12 19 18 9 28 7

松松宇松松松松西山山山和山市市岛市市市市市市

86 58 77 82 82 78 85 88

ました。

た。少しでも印刷文字を大きくして、読今号から会報の用紙サイズをA4判にし

▽ 四月一日から、「個人情報保護法」が施みやすいものにしたいという思いからです。

四月一日から、「

83 71 82 高 高 丸 亀 市

第三者(保険会社)への会員データ提行されました。

供に

関連するお知らせを掲載してあります。

ぜひ、お読みください。(六ページ)

人しぶりの人に会える場です。ぜひ、ご各県電友会から総会のご案内が届きま

72 84 74 76 93 徳島市 市 小松島市 市市

す。

26 10 6

掲 出 席

席ください。(三ページに、

日時· (稲毛)

場所

第百三十号

須崎

様様様様

17 17 17 17

1

1

1

第一四国電友会会報 ためます)。

2

印電

〇八九 - 九三六 - 二〇二三松山市一番町四 - 三七女四国地方本部年太四国文店内工成十七年四月一日 株式会社NTTクオリス

松山

謹んでご冥福を

城 の

Œ 直 松山

市

**—** 16

施

### ▲ 株式会社ライフアシストからのお知らせ



みなさまの実りある生活づくりをお手伝いしたい そのなかのひとつが"保険サービス" 「生活や人生=ライフ」の充実に向けた「お手伝い=アシスト」を提供します!

### 医療保障分野

資産形成分野

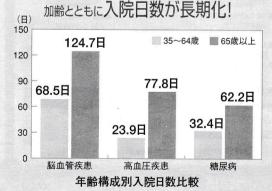
### 死亡保障分野

### こんな状況をご存じですか?

入院患者の7割以上が55歳以上!



年齢構成別入院患者割合



### 株式会社ライフアシスト (テルウェル協力会社)

東京都渋谷区千駄ヶ谷5-14-9 テルウェル代々木ビル

東京都渋谷区道玄坂1-16-10 <西日本支店>

大阪府大阪市中央区森ノ宮中央1-7-12 テルウェル西日本ビル

九 州 支 店> 町県福岡市博多区博多駅前1-4-4 JPR博多ビル

幌市中央区北4条西16-1 テルウェル札幌第2ビル

### 保障のご相談はフリーダイヤルで!

**55** 0120-850184

### では疾病共済のほかにも、さまざまなサービスを提供しています。

Tグループ各社様の社員持株会・財形転貸融資の事務代行な

う多彩な福利厚生事務を受託し、人それぞれのライフステージに 14 たしあわせプランニングを支援しています。

http://www.life-assist.net

16 1615 15

### 四国電友会の皆様へ

お気軽にお問い合わせください。

NTTグループ団体扱自動車保険

2004年11月1日以降始期契約より 団体扱割引率アップと 新契約方式導入で ますますグレードアップ!



### 「あんしん太助」の主なポイント

- ●無事故等級割引に加えてNTTグループならではの 団体扱割引率35.0%へ拡大
- ●「3台以上まとめて契約」「長期3年契約(月払)」で保険料が さらにおトクに
- ●新しい契約タイプ「カーライフ対応型 | を追加

引受保険会社(幹事):東京海上日動火災保険株式会社

損保部門

「でんちゃん」は交通事故を 含めた日常生活やスポーツ・ レジャーで起きる様々な ケガを補償します。



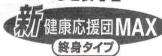
### 「でんちゃん」の主なポイント

- ●加入条件は従来どおりで、 割引率が47.5%から61.5%にアップ
- ●一般の傷害保険より低廉でしかもワイドな補償
- ●従来から加入している会員は、 変更事項が無ければ自動的に更新

引受保険会社:株式会社損害保険ジャパン

生保部門

がんを軸にした総合医療保障 ひと安心Ⅱ



### 日帰り入院でも保障!



### 「新・健康応援団MAX」の主なポイント

- ●「がん」に加え、病気・ケガも一生保障します。
- ●ご契約時の保険料は一生上がりません。
- 引受保険会社:アメリカンファミリー生命保険会社

生保部門

病気やケガの入院を一生涯保障します

生し」しょの医療保険

あなたの人生に「一生いっしょ」の 医療保険EVERがお供します。

### 「EVER」の主なポイント

- ●途中で切れることなく、病気・ケガの保障が一生涯続きます。 ※ケガの入院保障は90歳まで。
- ●終身保障ですので更新による保険料の変更はなく、 ご契約は若いほどお得です。
- ●死亡保険金・高度障害保険金と解約払戻金をなくしたことで 保険料の負担を軽くし、入院・手術の保障を充実させました。

引受保険会社:アメリカンファミリー生命保険会社

### 詳しい内容は、パンフレットをご請求の上ご覧ください。

<募集代理店>

NTTグループ職域代理店

★きらら保険サービス株式会社中国支店 〒730-8585 広島市中区小町5-30

**0120-275-913** 受付時間 午前9:00~午後5:30(なお土・日・祝日はお休みさせていただきます)

<新·健康応援団MAX·EVER>

ファメリカンファミリー生命保険会社

広島中央支社 〒730-0022 広島市中区銀山町3-1 ひろしまハイビル21 9階 TEL 082-543-51 ツ 一 ーにパ月

K 更サ ĺ な ビ