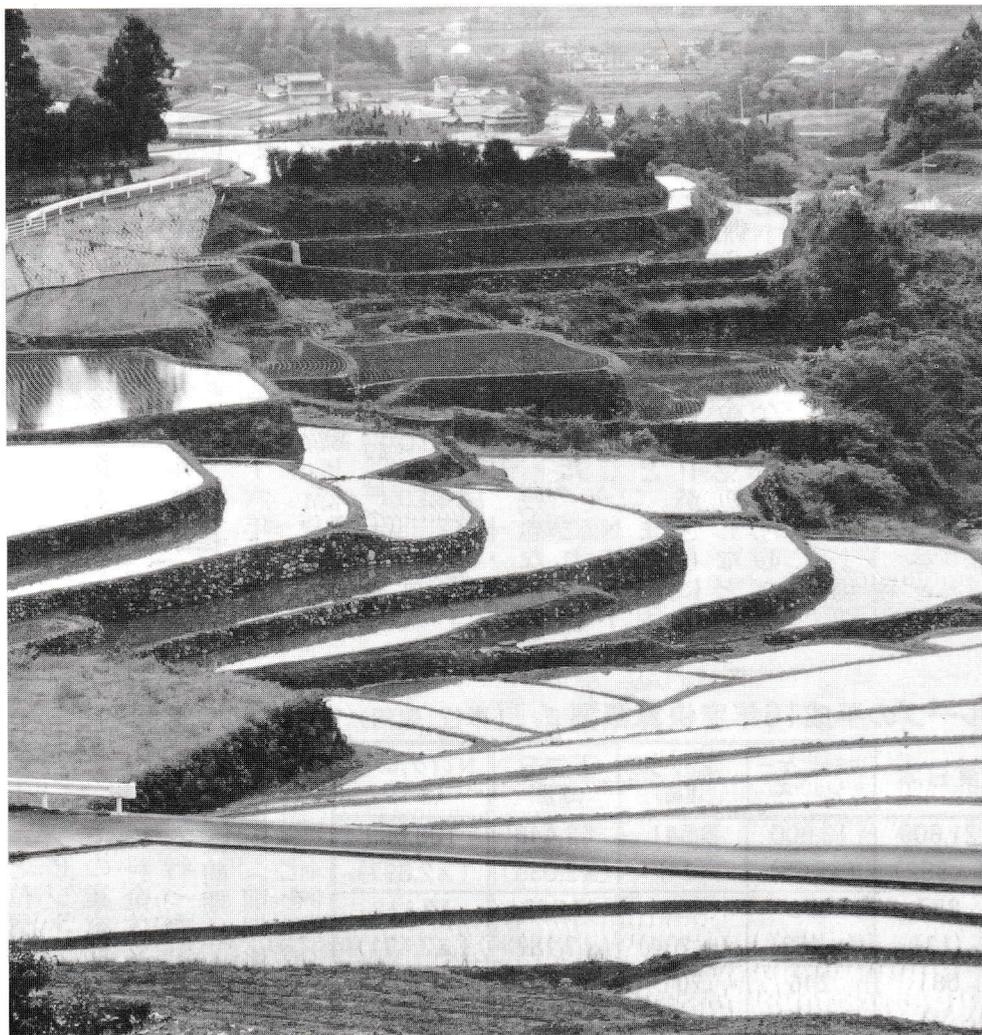


# 四国電友会会報

第 1 3 1 号

平成 17 年 7 月



《 撮影 : 山脇 明さん 》

## 目次

NTTグループの動き	2
NTT平成十六年度決算の概要	2
平成十六年度主要ネットワーク商品の販売状況	2
お知らせ	
☆ 第三十四回四国地方本部総会開催	3
☆ 電友会本部実施「アンケート調査」の結果	4
☆ 会員名簿の発行に伴う変更内容の連絡	4
☆ NTT長寿祝い金贈呈の一部変更	4
M・M(マルチメディア)コーナー	4
パソコンは私のパートナー	5
サークル紹介	5
吟詠サークル「たまも」(香川)	5
「八〇(パーゼロ)会」(徳島)	5
ボランティア紹介	5
バンド演奏「ドコモ高知オールスターズ」	6
支部だより	6
三十年ぶりに総会の会場を変更(香川)	7
私は今	7
会員のみなさんの近況	8
健康のページ	8
目に見えない赤ちゃんの病気	12
テルウエルだより	12
「NTTグループボランティア松山」設立総会開催	13
「家庭介護教室」開催のご案内	13
俳句	13
やまもも句会(高知)	14
物故者叙位叙勲/敬弔	14
表紙の言葉/編集後記	14

NTTグループの動き

NTT平成十六年度決算発表

NTTグループトータルは  
対前年で減収・減益

NTTは、五月十二日、平成十六年度の連結決算を発表しました。

これによると連結決算の対象となるグループ全体(五百四十二社)の営業収益(売上高)は十兆八千五百九十九億円(前期比▲二千八百九十七億円、▲二・六%)、当期純利益は七千二百億円(前期比六百六十三億円、十・三%増)と平成十六年度連結決算は、残念ながら対前年で減収・減益となりました。これは携帯電話市場において競争が激化し、NTTドコモが各種割引施策を行ったこと、また、固定電話市場においても、VOIPがさらに進展したことに加え、基本料金の見直しなど、競争力を強化するためにかなり値下げしたことが大きく響いています。

しかしながら、NTT都市開発(株)の上場並びに、米国AT&T株の売却により、税引前利益及び当期純利益は対前年で増益となっています。

NTT西日本は  
三期連続で黒字化達成

NTT西日本は、平成十六年度を「光を中心としたブロードバンド市場を飛躍的に伸ばし、電話からIPへの収益構造の改革を図る

NTTグループの平成16年度決算概要 (単位:億円)

	西日本	東日本	コミュニケーションズ	データ(連結)	ドコモ(連結)	NTTグループ(連結)
営業収益 (対前年増減)	20,980 (▲688)	21,809 (▲862)	10,900 (▲165)	8,541 (74)	48,446 (▲2,035)	108,059 (▲2,897)
営業利益 (対前年増減)	701 (▲165)	877 (13)	698 (▲463)	392 (▲204)	7,842 (▲3,188)	12,112 (▲3,491)
当期純利益 (対前年増減)	410 (▲204)	581 (1)	246 (4)	201 (▲68)	7,476 (976)	7,102 (663)
次期純利益 (予想)	90	150	340	270	5,330	4,400

(注) 「NTT(連結)」は、表の各社を含む542社(連結決算の対象となるNTTグループ会社)の合計

重要な年度」と位置づけ、付加価値の高いソリューションビジネスの推進、西日本グループトータルでの業容拡大、さらには、固定電話サービスの料金体系の見直しなど、積極的な事業運営を行った結果、営業収益は二兆九百八十億円(前期比▲三・二%)、当期純利益四百十億円(前期比▲三十三・二%)と三期連続で黒字化を達成しました。

NTT西・東の主要ネットワーク商品販売状況

[平成16年度] (単位:千回線)

	NTT西(上段) NTT東(下段)	合計
フレッツ・ADSL	568 (2,374) 551 (2,833)	1,119 (5,207)
Bフレッツ	365 (779) 459 (885)	824 (1,664)
フレッツ・ISDN	▲110 (356) ▲101 (413)	▲211 (769)
INS (注2)	▲337 (4,042) ▲331 (4,425)	▲668 (8,467)
一般加入電話	▲278 (25,396) ▲339 (24,925)	▲617 (50,321)

(注) ① 数字は純増数 ( )内は平成16年度末の施設数

② INSの回線数は、INS64とINS1500の10倍換算の合計

平成十六年度  
主要ネットワーク商品販売状況  
ADSL契約全国で五百万超える  
Bフレッツの伸び加速

NTT東・西の平成十六年度ネットワーク商品の販売状況によると、「フレッツ・ADSL」は前年度とほぼ同様の百二十万回線の純増、「Bフレッツ」は一挙に八十二万回線の純増となっています。

この結果、平成十六年度末の契約数(施設数)は「フレッツ・ADSL」が五百万回線を突破、「Bフレッツ」は前年度末から大幅に増えて百六十六万回線となっており、ブロードバンド系商品への流れは更に加速されています。

**お知らせ**

第三十四回四国地方本部総会開催  
平成十七年度事業計画を決定

電友会四国地方本部は、四月二十一日ピュアフル松山勤労会館で各県支部代議員（五十四名）が参加し、第三十四回総会を開催しました。

総会は、まず、物故会員に対する黙祷を行った後、芳野本部長の挨拶、来賓として三村NTT四国支店長、藤谷電友会常務理事からの祝辞のあと「第十四回電友会ボランティア活動賞 受賞者（愛媛県支部、高市沖見さん・高知県支部、三本栄子さん）の紹介が行われました。続いて、今回の議長に愛媛県支部の古河代議員を選出後、総会次第に沿って、平成十六年度事業報告、同収支計算書及び会計監査報告が原案どおり承認されました。引き続き平成十七年度事業計画及び収支予算が審議され、次のとおり決定されました。

☆ 平成十七年度事業計画

情報通信分野ではブロードバンド化が急速に進展するなど、市場環境が激しく変化しており、ブロードバンド市場では、IP系のサービスの提供が進む中で、サービスや料金面での熾烈な競争を伴いながら変化しております。

このような環境の急激な変化の中にあつてNTT西日本では、「お客様に感動していた

だく／地域の発展に貢献する／安心・安全な社会の実現に貢献する」ことを柱として、厳しい経営環境の中、グループの総合力を発揮して事業運営を進めているところです。

私も電友会としては、このようなNTTグループの取り組みに対して、電友会組織の基本理念（①会員の生き甲斐の向上 ②NTTグループの発展に寄与すること）に沿って、支援・協力関係を維持・強化することが必要であると考えます。

この立場に立つて、電友会組織の結束と連帯のもと平成十七年度は次の諸施策を推進することとします。

- 1 会員が生き甲斐を感じる施策等の推進  
 ① 会員が生き甲斐を感じることができ、次の施策を推進します。  
 ② 会員やグループのボランティア活動の顕彰に努め、その活動状況等を広く紹介する。  
 ③ 会員相互の連携強化のため、レクレーション、サークル活動を支援し活性化を図る。  
 ④ インターネット愛好会の会員拡大、ホームページの充実等に努め、会員の交流と親睦等に資する。  
 ⑤ NTTグループが行う社会福祉活動等について、その周知・参加等により協力する。  
 ⑥ 年金、介護保険問題等について会報等で情報提供する。  
 ⑦ 団体割引等の有利性を活かせる電友会

会員向けの保険（自動車・団体傷害・がん保険）について会員に周知し勧奨する。

2 NTTグループに対する支援・協力活動  
 NTTグループとの連携を強化し、次の支援活動等を推進します。

- ① NTTの推進するIT普及に協力するため、パソコン教室等を実施するほか、指導者の確保・育成に努め、インターネット利用者の拡大に資する。
- ② NTT等が実施する販売キャンペーン、社会貢献活動等の各種施策を積極的に支援・協力する。
- ③ 地域における会員の活動状況を調査しNTTグループとの連携活動に活かす。

3 会組織の強化

組織の拡充・強化を図るため、次の施策を推進します。

- ① NTTグループの退職手続き説明会での入会勧奨とその後のフォローに努める。
- ② NTTグループ会社との連携を深め、会社退職者の入会勧奨を強化する。
- ③ 未加入者の入会勧奨について、全会員による「日常的呼びかけ」を行う。併せて、女性会員の増と活動強化のための取り組みを行う。
- ④ 会報や会員名簿の「手配り」の拡大、定着により、会員相互の親睦、交流及び連携の強化を図る。
- ⑤ 災害発生時における会員の消息等を把握出来るよう体制の整備を図る。

電友会発足十五周年記念行事の一環として電友会本部が実施した、会員に対するアンケート「電友会に対する意見や要望、豊かな生活・生き甲斐の手法、NTTに対する期待、会員相互の情報交換のあり方など」についての調査結果がこのほどまとめられ『アンケート

☆ 「アンケート調査」の結果について

ト結果の集約と各課題の克服施策等』として冊子化されました。  
アンケート結果は、①組織体制の確立と会員拡大施策の強化 ②NTT及びNTTグループ会社等の諸施策への協力と連携の強化 ③会員の豊かな生活の維持と生きがいの支援 ④IT普及施策の積極的な推進の四本柱に分類されこれらの項目に対する課題及び電友会としての克服施策を整理してい

平成17年度収支予算書(一般会計)

(収入の部)

(単位:千円)

科 目	金 額	記 事
前 期 繰 越 金	822	
会 費 収 入	939	支部から
分 担 金 収 入	1330	NTTから(総会費、会報費、名簿費の一部)
配 付 金 収 入	8543	本部から(人件費、運営補助費、中央会議費の一部)
総 会 収 入	60	祝い金
広 告 収 入	1200	会報への広告掲載料
利 息 収 入	—	
そ の 他 収 入	960	保険周知宣伝協力費、公職等就任状況調査費
仮 受 金	79	
合 計	13935	

(支出の部)

科 目	金 額	記 事
事 業 費	2350	会報発行費、名簿発行費
会 議 費	2090	総会費、本部理事会、本部評議委員会、事務局長会議、地本理事会、編集委員会 等
事 務 費	6988	人件費、用品費、通信費、コピー機借料、データベース整備 等
会 費 等 支 出	1273	支部へ(運営補助費)
そ の 他 支 出	141	支部へ(保険周知宣伝協力費) 等
支 出 計	12843	
予 備 費	50	
次 期 繰 越 金	962	
仮 受 金 繰 越	79	
合 計	13935	

- (注) ① 特別基金(特別会計)繰越金 1,783千円  
② 千円以下切捨表示

ます。  
なお、アンケート結果にもとづく電友会本部発行の冊子『アンケート結果の集約と各課題の克服施策等』については、限定部数のため、ご希望の方は電友会各県支部に配付している冊子をご参照下さい。

☆ 「会員名簿を発行します」  
" 内容に変更のある方は連絡を "

今年「会員名簿」を発行する年です。  
(十月発行予定)  
平成十五年発行の「会員名簿」と平成十六年発行の「補正版」がベースとなります。掲載内容に変更のある方で、連絡をいたでない方は八月二十日までに各県電友会事務局へご連絡ください。

☆ NTTの長寿祝い金贈呈の一部変更について

NTT西日本では、これまで退職者並びにご家族の福祉の増進の一助をなすことを目的として長寿祝い金(喜寿・米寿・白寿)を贈呈しています。

しかしながら、現在、平均寿命が男性78・4才、女性85・3才まで延びている中、喜寿が長寿として祝意を祝い金で贈呈することが馴染まない状況となっていることから、平成十七年度より喜寿祝い金の贈呈が廃止されることとなりました。

M・Mコーナー

§ パソコンは私のパートナー §

安藤俊子（高瀬町）

香川電友会にIT愛好会・パソコン教室が出来て五年目を迎えました。現在は三クラスあります。

私のクラスではこれまでワード・エクセル・筆ぐるめ・メール・デジカメ・ホームページ・インターネット等随分多くのことを学びました。最近私が入力しているのはデジカメとホームページです。

目につく草花や行事を写しては「デジカメの達人」で補正し、ピンボケも名画に変身させます。電柱や人間等、不要な部分はトリミングします。お気に入りのアングルに仕上げ、フォルダにまとめてCD・ROMに保存します。時間はかかりますが、楽しい作業です。ホームページを作って三年目になります。

一番の課題は更新です。庭の片隅に咲く野の花も、雪景色もおいしい食事もホームページの題材です。時々ネタ探しにバスハイクに出かけます。季節の花や土地の名物を求めてうろつきまします。毎日は無理でも月一回は更新したいと思っています。

メル友も増え国際色豊かになりました。サントペテルブルグ・バルバトス・大連・上海・ソウル：etc 先方が日本語ソフトを入れていて助かっています。時にはウィルスが乗ってきて右往左往しています。メールは思いついた時いつでも送信できま

す。連絡はすべてメールで、という日も遠くないかも知れません。

インターネットもよく利用します。ホテルはネット予約なら割引があります。パソコンのラックと椅子もネットで買いました。定価の四分の一で届きましたが、組み立てに二日ほど苦労しました。天気予報もよく利用します。旅行に出るときは一週間前から毎日チェック、準備の参考にしています。

昨夏、パソコンをXPに買い替えADSLで使い放題にしました。夜中にゆつくりとニュースを読んでいます。

「ボードが打てる」レベルで入学したパソコン教室でしたが四年間続けた甲斐あって未知の世界を覗くことが出来ました。老後の一人遊びにも最適です。指を動かすのは老化防止にもなるでしょう。

「継続は力」を実感しています。

サークル紹介

‡ 趣味で生き生きセカンド・ライフ †

吟詠サークル「たまも」

奈良 正雄（三木町）

吟詠サークル「たまも」は同好者が集まり、平成十二年四月発足以来五年の歳月が過ぎました。吟詠の稽古は、毎月二回OBサロン「たまも」で会員の都山流師範松本芳徳さん（雅号尚山）に尺八伴奏をお願いし、吟詠を通じてセカンド・ライフを楽しんでいます。

その活動状況ですが、昨年四月二十日には松山OBサロン「かつやま」で「愛媛吟友クラブ」岡本宏代表ほか五名と、当サークル「たまも」の三名が始めてサークル間の交歓吟詠をしました。電友会では、会員の生き甲斐を感じる施策のひとつとしてサークル活動の活性化に取り組んでいます。その後押しもあり親睦も兼ねて行ったものです。

当日は、現職時代にお会いした懐かしい顔ぶれにも出会い、会話とあらためての自己紹介の後、各人がそれぞれ一吟ずつ吟じて楽しいひと時を過ごすことが出来ました。

今年平成十七年六月一日、第四十三回香川電友会総会は場所も初めての香川県民ホール北館五階「玉藻」で行われました。その総会後の懇親会で、私たちの有志がサークル活動の一環として松本尚山さんの尺八伴奏で、「壇の浦を過ぐ 村上佛山作」、「舟 中子規を聞く 城野静軒作」、「峨眉山月の歌 李白作」を広い会場で緊張しながら、堂々と現職時代とはまた違った顔で吟詠を披露して懇親会に華を添えました。

会員の方で吟詠に関心を持ち、腹式呼吸発声での健康維持も兼ね楽しみを一緒にしたい方は、毎月第二、第四金曜日午前中OBサロン「たまも」へお寄り下さい。お待ちしております。

‡ 三百回を迎えた八〇（パーゼロ）会 †

井筒正義（徳島市）

昭和五十五年（1980年）六月に十名程

度でスタートした我が「八〇会」は、八〇才になっても元気で楽しくゴルフを続けたいを合言葉に、二十五年間一回も休むことなく毎月例会を重ね、この五月には記念すべき三百回目の例会を開催しました。

この記念例会開催に当たっては、先ずどこで開催するかが問題になりました。四半世紀を経た区切りの三百回なので「県外での宿泊プレー」の声、方や「多くの人が参加しやすい県内で」との意見等々。そこで、会員各位の意見を集約するため、三月例会の際に開催地を「県内日帰り」・「四国内宿泊」・「近畿・中国宿泊」・「外国」でアンケートをとりましたが、結果は県内開催が圧倒的でした。これは少しでも多くの会員の参加が大事との判断だろうと思います。

そこで、開催コースは県下NO.1の呼び声の高い「サンピアゴルフクラブ」に、開催日は同クラブの「五月杯」が開催される五月十一日としました。

開催当日は、快晴微風の絶好のゴルフ日和に恵まれ、参加者四十四名は、八〇会の賞金とゴルフクラブの賞品獲得を目指して、楽しく、和やかにプレーを満喫しました。

賞品は、記念例会に当ることから八〇会では、優勝ホテルまで全員に順位賞と近ピン遠ピン・大波小波等の特別賞、ドコモ賞、サンピア賞を用意しました。

ちなみに上位入賞者は次のとおりです。  
なお、成績表やスナツプは、ホームページ(NTT徳島OB・サークル活動・八〇会)に掲載しています。

また、このホームページには二十五年間の歴代優勝者名も掲載していますので一度ご覧下さい。

(入賞者)

優勝	山田 善章
準優勝	後藤田 吉宏
三位	高畑 敏一
四位	日出 明利



< 八〇会第300会記念例会 >

ボランテニア紹介

「ありがとう！待ちゆうき、また来てよ」

ドコモ高知オールスターズ

三谷 文教 (高知市)

みなさまこんにちは。

本日は、高知でバンド演奏によるボランテニア活動しております「ドコモ高知オールスターズ」を紹介させていただきます。

そもそも平成八年のこと、私がNTTドコモ高知支店に勤務しており、たまたま転勤によりNTT高知支店に来ていた昔のバンド仲間(電報四国プラスバンド部)である山本幸義さんが結婚式での演奏の話を持ってきたのが現在のバンド発足のキッカケです。

その後の存続危機を、当時ドコモ高知支店長であった中西正弘氏をはじめ皆様の支援で何とか乗り越え、平成一〇年の春、新たな気持ちで「土日等の休日を利用した福祉施設等への訪問(慰問)演奏」を目的に7名で再出発しました。

第一回目の訪問演奏は高知市内の老人ホームへ行こうと、数ヶ所の施設へ申し込みを行いました。ところが、どこの施設も定期的に慰問に来る団体を抱えており、また、当時は平日慰問が原則であり、突然私たちのような新参者が入り込む余地がなく、体よく断られるのが現実でした。

そんな中、私たちの趣旨を理解して訪問を受諾して下さったのが高知県高岡郡葉山村(現在は津野村)の「特別養護老人ホーム葉

山莊」さんでした。そんなことで記念すべきドコモ高知オールスターズの第一回訪問演奏は平成十年十月二十四日(土)に行われました。

こうして七年の月日が流れた今では「施設の方が歌手になり生バンドで歌う」というスタイルが認められ、高知市内は勿論のこと東は安芸から西は窪川まで約三〇箇所の老人ホーム、障害者施設を定期的に訪問し、帰りには必ず言われる『ありがとう。待ちゆうき、また来てよ』の声を励みに活動を続けています。



<やすらぎの家での演奏風景>

現在のバンドメンバーはNTTグループ社員三名、OB五名、シヨップ四名の合計十二名で構成していますが、発足当時からドコモ高知支店長をはじめ代々の支店長の音頭で会

社ぐるみの支援をいただきながら、この春で延べ百十二回の訪問(慰問)演奏を行ってきました。今後はさらに二百回の節目を目標に頑張って行きます。

### 支部だより

香川電友会三十年ぶりに総会会場を変更

(香川)

香川電友会の総会は、昭和五十一年から総会恒例の場所として高松市の松平藩ゆかりの玉藻公園披雲閣で馴れ親しみのある日本庭園を横に二十九年の長い間行われてきました。

現在、会員の平均年齢は七十二歳と高齢化し、和室の座席に苦痛を感じる人が多くなったこともあり、今年の第四十三回総会は会場を香川県民ホールに変更し、近代的な明るい多目的ホールを使用することとしました。

六月一日に開催された総会は、顧問のNTT西日本香川支店、久保朋起支店長他来賓の方々と約三百名の会員の出席で開会のはこびとなりました。

総会では近年増えている長寿祝いの会員は白寿(渡辺カツ様)、米寿(四名)、喜寿(五十九名)で、内二十名の方が出席され、会長からお祝いの言葉と共に記念品が贈呈されました。

つづいて議事に移り平成十六年度事業報告、決算報告、会計監査報告がそれぞれ承認されたあと、平成十七年度の事業計画については香川電友会の重点課題としてサークル活動、ボランティア活動への助成、またNTTへの

支援施策としてフレッツシリーズの契約に関する講習会の開催等が承認されました。

議事の終了後はNTT西日本高松診療所予防医療センタ所長、福井敏樹先生から「生活習慣病の予防」、「日常の健康管理」についてパワーポイントを使った講話をしていただき、会員のみなさんも認識を新たにしたいものと思われまます。

総会の終了後の懇親会にはNTTグループ企業から二十名の来賓の列席をいただき、現役とOBの語らいの場として、また、吟詠サークルの日ごろの練習の成果が披露されるなど、会員相互の親睦が一段と増した一日となりました。



<香川電友会総会の模様>

私 は 今

◇ 旭 隼人 (松山市)

第二の就職(ドコモ)を退職してから、早くも四年が過ぎました。当時は苦情対応等、いやな思いもありましたが、今ではなつかしい思い出として残っています。

今は以前からの趣味であったカメラを片手に風景に、また花にとシャッターチャンスを探めています。すばらし風景に見えてもいざフィルムに写すと・・・? 写真の奥の深さを痛感しています。またOBの人達と週一回ソフトボールを楽しむ等、心身共に健康な毎日を過ごしたいと思っています。

◇ 石田 嘉男 (さぬき市)

退職をして三年、退職したらゆっくりと海釣りを楽しみ、また、時間を上手に利用してドライブ旅行をしようと思ひ、退職前から準備を致しておりました。しかし退職と同時に地域のお役を押し付けられ、地域の水問題・地域の環境問題等々に明け暮れています。

今ではあきらめて、公園作り(憩いの場作り)やゴミ問題に取り組んでいます。また年寄りも病弱であつて身動きが出来ない始末です。いずれ時期が来れば、また叶うだろうと我慢我慢の日々です。

◇ 入谷 美栄子 (高松市)

退職して早や十一年が過ぎました。

毎日が日曜日なのに忙しくて家でゆっくりする暇もありませんけれど、楽しみでもある。毎週ヨーガ・カラオケと最近では山歩き・ランドゴルフも始めました。

山は初めての経験で、この年令になつて行くとは自分でも思つてもみなかったことです。新しい登山靴も買つて頑張っています。頂上での景色もさることながら食べたおにぎりのおいしかったこと。元気でいられる限り続けようと思っています。

◇ 池田 博志 (松山市)

退職して早くも・・・という感じですが、元気で新しい人生を謳歌したいのですが、はからずも平成十六年三月に心臓病を発症してしまいました。それから一年ほどになります。

健康の大切さは分かっていたつもりですが、健康を過信していました。日ごろの生活習慣の見直しと、健康診断対応をお勧めします。年を取ると、どこかもろくなつていくところはあります。ちよつとのひびの間に修理して長持ちさせることが、人生の謳歌につながるかと存じます。 祈ご健勝!

◇ 石原 靖世 (高知市)

元気に過ごしております。

ちよつとだけ仕事をし、町内会と寿クラブの役員をして、後は地域のクラブ活動等に参加し、ネンリンピック高知県代表を目指して頑

張り、また、大いに遊んでおります。お酒も飲んでおります。

いつまでもおいしいお酒が飲めるよう体力の向上に努め、健康に気を配っている今日この頃です。

◇ 岡田 剛 (羽ノ浦町)

サンデー・毎日がすっかり身についた今日、一番大切なものは健康。毎朝、近くの山へ一時間半のウォーキングと途中にある公園や神社で始めて4年になる太極拳の稽古で一日のスタートです。また、小さな畑での野菜作りも四年目となり、育てる難しさと収穫する喜びを実感している。そして、元気な内にと妻と海外旅行に出かけることも楽しみのひとつです。

最近、反日デモ直後の中国へ家族で旅行。キャンセル続出でしたが、現地では全く安全に観光することが出来て幸運でした。

◇ 柏井 義弘 (松山市)

リタイヤして二年経過。新聞を読み、テレビのワイドショーを見て笑ったり、嘆いたり。

健康のためにと水泳を始めましたが、三〇〇メートル泳げるようになった時点で小休止。体重が元に戻りがっかりしています。

ボケ防止にと、学生時代好きだった英語の勉強を思いつき、覚えては忘れ、覚えては忘れの繰り返しで、われながらあきれています。

◇ 鎌田 敦子 (松山市)

平成十二年に退職後、父の死、二度の入院、八十八カ所参り、いろいろありました。が今は旅行、歩こう会等で見知らぬ土地の景色や人情にふれたり、おしゃべりしてゆったりとした日々を過ごしております。

また、最近、九月に開催される電友会の「趣味の作品展」に向けて人形作りの稽古を再開しました。たくさんの方が参加されて楽しく盛大な会になりますように！ 会場で多くの方とお会い出来ます事を楽しみにしております。

◇ 桑村 宜久 (松山市)

朝露の阜月を眺め散歩かなの気分でも可能な限り徒歩通勤です。N T T退職後テルウエルグループでお世話になっております。今は、休日も多い勤務体系で趣味としての日曜大工・釣り・その他色々と下手の横好きに凝っております。

今、一番気をつけていることは一年前の自転車による大怪我を教訓として健康を維持することにしています。

◇ 河野 正代 (高知市)

退職して六年余り。先輩の勧めで卓球を始め、三年程になります。すっかりはまってしまい、練習のため卓球用具を片手に、西に東にと多忙な日々を過ごしています。

昨年四月に友達とクラブを結成して、公式

戦にも参加するなど頑張っています。

今年OBの先輩三名にも加入して頂き、賑やかに盛り上がっています。

家族の健康に感謝するとともに、今しかできない事、今だからやれる事の大切さを感じ、痛みを感じている今日この頃です。

◇ 三枝 基悦 (高松市)

第二の職場を退職して三年、今はその職場に月十日ほどパートで勤めております。

今年三月までは、双子の孫を保育所へ送迎していましたが、四月に小学校へ入ったので、その用事からは開放されました。

趣味として旅行、四国八十八カ所巡り、カラオケ、魚釣り、マラソン(今は腰痛で中断中)と身体の動くうちにと欲張っています。

予定のない日の朝は近くの喫茶店でマラソン仲間と喋ったり、本を読んだりして、ゆったりと癒している今日この頃です。

◇ 定岡 秀和 (四国中央市)

最近、警備会社をやめ、これからは趣味のテニス・山登り・マラソンに挑戦したいと考えています。

また、ゴルフでもう一度優勝したいと思っています。尺八もやって上手になりたい。自己流ですが。

◇ 杉野 原史 (松山市)

第二の職場(テルウエル)を退職して五年

が経ちました。現在は町内会の役員、三年前から民生委員として地域の方々との交流、町内独居高齢者の訪問等多忙な日々を過ごしています。

趣味としては、以前からしていた詩吟、三年前から習い始めたハーモニカで楽しく過ごしています。今では、年二〜三回ハーモニカ教室の仲間と病院・老人ホーム等へ慰問コンサートに行つて喜ばれています。これからも、趣味とボランティアを続けていきたいと思っています。

◇ 中塚 秀敏 (松山市)

平成十三年三月で退職し、早や四年が過ぎました。

当初から晴耕雨読を望み、借りた農園で無農薬の野菜作りに励んでいます。虫、鳥、雑草との競争は悪戦苦闘の連続です。

趣味も囲碁、将棋、生花から終いに石にはまり、水石研究会の先輩に石の台座作りを教わり、毎日のをのんびりと過ごしております。

これからも健康に留意し、穏やかに楽しい日々を送れることを願っております。

◇ 野間須 昭征 (松山市)

「生涯送りバンド」に終わりを告げて、今は三人(中一・小三・小一)の孫を我が子として二度目の子育てに、カンキチ(老犬)の散歩にと毎日忙しく日々が暮れて行きます。

堀江スポーツ少年団に入団の二人に、送りバンドの大切さを分かってくれる日を楽しみ

にフレイフレーとエールを送っている昨今です。

◇ 葉田 稔 (鳴門市)

皆様お変わりございませんか。私は退職して早や十五年が過ぎ去りました。まさに光陰矢の如しです。

退職時の体調から考えて、現在まで何とか元気で生きてこられたのが不思議な気がします。今は老いた母(満九八歳)と老妻の三人で地域の人達のお世話になりながら、何とか暮らしております。

取り立てて変わったこともしておりませんが、私は写真、妻は俳句とお互い下手ながら楽しんでおります。これからも毎日をのんびりと流れにまかせて生きてゆく心算です。

◇ 八村 友子 (高松市)

退職、立ち退きで新しい住居探し、長男の結婚、アツという間に十二年。

瀬戸を行き交うフェリーを眺められる所に落ち着きました。

今は近所の人と大正琴、古典の講座、夫と月一回ずつの通院、花の名所へ、さぬきうどん巡り、家庭菜園、孫の子守り。年に一回は海外へ行きたいものですが、せめてロサンゼルスとメール出来るようにIT同好会に入ってパソコンを楽しく教えてもらっている日々を過ごしています。

◇ 原 順子 (徳島市)

皆様お元気でしょうか。現在、私は両親の世話のため毎週実家に帰っています。高齢のため心配で帰っている状況です。

そして、その合間に社交ダンスの練習に励んでいます。あの華やかな世界にあこがれていたもので、いつか私もステキなドレスを着てフロアーいっぱい踊ってみたいと夢を見ています。でもちよつと残念なのは男性が少ないことです。(中でも若い人が)

親にはいつまでも元気でいてと願うばかりです。その為には私も健康に気をつけて世話に、ダンスに頑張りたいです。

◇ 檜垣 芳徳 (砥部町)

第二の職場を平成十五年三月に一年余して退職した。今は仕事からのプレッシャーや束縛感から開放され、気分は爽快。

気の会った仲間だけのゴルフ・飲み会・旅行・喫茶店での時事放談、また話題作りの映画鑑賞や花つくりと、自分の思うが儘に行動できる毎日が最高。

ただひとつ気がかりは、ライフプランの根幹である厚生年金、企業年金、テルウエル年金の行方。私は応援する。頑張れ日本！頑張れNTTグループ企業！

◇ 廣瀬 富美子 (さぬき市)

五十三歳で退職、アツと言うまの十五年。

初めの内は勤めていた頃に出来なかつた趣味等をしていましたが、元氣な間に「私にでも出来る社会に役立つこと」はないかなと思うようになり、市の主催する「子育てボランティア」講座を受け、さぬき市に登録し、連絡が入れば保育所へ出向いています。孫の育て方にも役立っています。

◇ 藤山 潤二 (松山市)

また、要約筆記(聴覚障害者に話の大切なところを要約して文字で伝える)奉仕員研修会を受講し、香川県知事さんから登録証をいただきました。

二人の子供は夫々独立し、今は夫婦二人だけの生活です。講座マニアと水泳教室と温泉を愛好のシニアです。平々凡々の日々です。ただ一つの悩み事は耳鳴りで、夜、熟睡できないことです。自律神経失調症と思われ、毎日が憂うつです。最近では長寿の目標も揺らぎがちです。静寂と安眠と安心が今一番の望みです。

◇ 榎 壮 (今治市)

目に青葉 心晴ればれ 願う身か  
十三回忌 笛下げて 妹来たり  
夢うつつ 何を告げるや 不如帰

最近では米大リーグのテレビ観戦、小庭に出ては草取りと、平々凡々に過ごしています。また、老化防止と暇つぶしから新聞の「これだ！」と目にとまった記事をスクラップし、私なりの記録資料作りを続けています。

NTT退職者のウォーキングは楽しく、毎回参加し先輩から元気をいただいています。現在は二つのボランティアで活動し、地域においては自治会の世話役を昨年から引き受けております。

健康に留意し、三人の孫の成長を楽しんでいます。

◇ 三木 孝平 (三野町)

田舎にいと、時代に取り残されそうになるので、時々大都会?の空気を吸うため、高松の夜景を眺めに出かけています。

また、天気の良い日には山歩きや畑仕事など心身のリフレッシュに努め、人や自然と接する中で、今迄気づかなかった新しい発見をするのも楽しみになっています。

現在、ハローワークでキャリアコンサルタントインクをしながら、楽しく悔いのない毎日を通すよう心掛けています。今日この頃です。

◇ 宮脇 征子 (高松市)

退職して五年。週一回社交ダンス、月二回ヨーガ、月一回カラオケ、月一回電友会の「歩く会」に参加。

新築マンションを購入し、全部屋の壁にピクチャーレールを工事。絵画、絵皿、鏡、タペストリー、ステンドグラスの額、私の彫った木彫りを飾り、骨董にも凝り楽しく過ごしている。

「冬のソナタ」以来、韓国ドラマにはまり「秋の童話」「天国の階段」「真実」etc

録画。

NHK教育テレビの「ハンゲル講座」をテキスト片手に勉強。ドラマの中のハンゲルが少し読めて楽しい。

◇ 室田 浩志 (松山市)

仕事を辞めて三年になりますが、病院や薬が嫌いなせいもあって、健康診断を受けたことがありません。同年代の人々をそれとなく観察して「食欲も筋力も持久力も並み以上はありそうだから当分身体の方は大丈夫」と勝手に決めていきます。

昨年一月から町内の自治会長をやらされていますが、共聴テレビシステムの存廃や大規模地震対策の入り口部分のつくりなどのほか、思いもよらなかった雑多な難題の解決に手を焼いている毎日です。

◇ 山崎 久子 (財田町)

あれもしたい、これもしたいと思いつながら目先のことに追われて、月日だけが通り過ぎて十年が経ちました。

願わくば、一日が三十時間、何も無い曜日が一週間に一日、一ヶ月が三十五日あれば。(これってそれほどぜいたくではないと思うのですが) などと、どうにもならないことを言っている間にも草や植木は休まず伸びるし、ごはんを食べる口はたくさん待っているし、もうお手上げ。

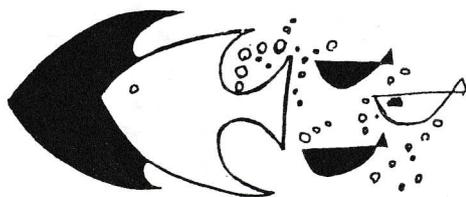
でも、今日は少しぐちったおかげで、空を見上げる余裕が出来ました。

◇ 脇谷 笑子 (高松市)

退職して五年。職場のことは遠い思い出になりました。

OB、長寿大学の仲間や友人など多くの友達と、パソコン、野山歩き、ボランティア、旅行……。その時その時が「よかった」と思える日々を過ごせることに感謝しています。

今の若い人達の大変さを思いながら、自分の為として人の為にも、身体と頭を動かし心身ともに健康でありたいと願っています。

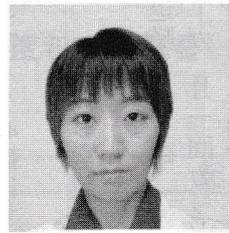


## 健康のページ

目に見えない赤ちゃんの病氣  
『ベビードック』で早期発見

NTT西日本松山病院

小児科 梶原 志織



今年六月一日に発表された二〇〇四年の人口動態統計によると、出生数は百十一万八千三百五十五人で前年より一万二千七百七十五人減少し、合計特殊出生率（一人の女性が生涯に産む子供の平均数）は一・二九で前年と同率であるものの、ともに過去最低を記録しています。国も保育体制の整備など育児支援に重点を置いた少子化対策をとってきましたが、十分な効果は上がらず少子化に歯止めがかからない現状で、虐待や無残な犯罪によって命を落としてしまう子供のニュースは連日のように報道されています。

そんな中、生まれてくる赤ちゃんが愛されて健やかに育って欲しいという思いで、私たちはお母さんと生まれてくる赤ちゃんに関わっています。小児科医としては、妊娠中のお母さんに対して、育児不安が強い場合やお腹の中の赤ちゃんについて心配事がある場合に『プレネイタルビジット』（出産前小児保健指導）を行い、その訴えに耳を傾け、支援や指導をしています。また、当院で生まれた赤

ちゃんに対しては、退院までに二回（出生後と退院前）の診察と、毎日の哺乳状況や体重の推移、黄疸などのチェックを行い、何か問題がある場合にはそれぞれに対応していきます。もちろん産科退院後も、健診や予防接種を通じて、また小児科かかりつけ医として、継続してお子さんの健全な発育を支援していきます。妊娠中から出生、その後に至るまで一貫して関わっていけるのは、複数の診療科がある病院ならではの大きなメリットだと考えています。

さらに当院では、一見して元気で、診察上は問題ないと考えられる赤ちゃんに隠れている先天的な異常や病気を早期に発見する目的で、産科入院中に「ベビードック」をお勧めしています。ベビードックは、人間ドックの赤ちゃん版で、検査は聴力検査、頭部超音波検査、腹部超音波検査、先天性股関節脱臼チェックがあり、小児科医、整形外科医、看護師が協力して行っています。

聴力検査は、先天性難聴の有無を調べるものです。先天性難聴の頻度は千人に一人〜三人と以外に多く、放っておくと二〜三才頃に言語発達の遅れが出て初めて見つかることが多いのです。仮に難聴があっても早期に発見し、療育につなげることで、その後の言語の習得に大きな差が出てくることから、新生児期での聴力検査が勧められ、欧米各国では検査の施行が法制化されているにもかかわらず、日本では全体の半分も行われていないのが現状です。

頭部超音波検査で見つかる異常については

はつきりとした頻度が報告されていませんが、当院でもまれに脳の先天異常が見つかります。その際は、小児神経専門医もしくは脳外科医に紹介して精密検査やその後の管理をお願いしています。

腹部超音波検査は、比較的頻度の高い腎臓や尿路の異常を見つけることが主目的ですが、肝臓、胆嚢、すい臓、脾臓、大血管も検査しています。病氣以前の問題として「あるべき場所に、あるべき臓器が、あるべき形で存在する」ことを確認することも大事です。

というのは先天的に臓器が無かったり、著しく小さかったり、場所や形が通常と異なっていたりする場合があるのです。中には、早期に精密検査や手術などの治療を必要とする場合もあり、症状が出現する前に発見できることは非常に大きな利点となっています。

先天性股関節脱臼は昔に比べて減少しているものの、現在においても早期発見・早期治療が重要な病気で、ドックでは整形外科医がチェックしています。このベビードックのように、普通に生まれた赤ちゃんにこれらの検査を組み合わせて行うということは、他の病院ではほとんど行われていませんが、非常に有用であると考えています。また、どの検査も痛みを伴わず、安全に行えるもので、検査時間は全部で一〇分程度ですから赤ちゃんにも負担がかりません。現在は、保護者が希望される場合に有料で行っており、九割以上の方が希望されていますが、いずれは全ての赤ちゃんに受けさせてあげたいと考えています。

テルウエルだより

『NTTグループボランティア松山』  
設立総会を開催

さる六月九日、テルウエル西日本(株)四国支店会議室において「NTTグループボランティア松山」の設立総会が開催されました。当ボランティア松山は、従来の「ボランティアNTT松山OB会」と「NTTグループ生活支援・介護ボランティア愛媛」の発展的解散・統合を行い、新たなボランティア組織(会員五十四名)として再スタートしたものです。総会において選出された役員及び今後の活動内容等はつぎのとおりです。

【役員】

- 会長 山内 一孝
- 副会長 木田 誠剛・村尾 守康
- 事務局長 日野 勝
- 幹事 井上 睦雄・宮本 悦子  
馬場 清・小宮 政雄  
渡邊 克己・有田 卓美
- 顧問 岡田 恵  
近藤 好文・横山 良弘  
梶田 靖夫

- ① 【活動内容】
- ◇ ボランティア活動の推進
- ◇ 職域ボランティア
- ◇ 訪問活動、生活支援・介護支援活動
- ◇ 地域ボランティア

- ② 福祉施設等の訪問、地域での福祉活動等
- ③ 健康増進と会員相互の互助運動の推進
- ④ 会員相互の親睦活動の推進
- ⑤ 新年会、忘年会等親睦会の開催等

- ① 各種研修活動の推進
- ② 介護、福祉講座の受講等
- ③ 他団体との連携による活動の推進
- ④ 松山市「社協、ボラ連」行事への参加等

当ボランティア松山に入会を希望される方は、事務局までご連絡をお願いします。  
\*「事務局」(TEL) 九三四一三七二三 担当岡田

『家庭介護教室』開催のご案内

テルウエル西日本(株)四国支店では、社員貢献活動の一環として家庭介護教室を次のとおり開催します。皆様のご応募、ご参加をお待ちしています。

- ① 内容
  - ▽家庭介護の基本
  - ▽介護保険制度の改正点
  - ▽体験学習(車椅子・食事・移乗介護等実技)
- ② 受講料 無料
- ③ 開催日程等 下表のとおり
- ④ 募集人員 各教室 30名
- ⑤ 申込締切日 定員になりしだい締切り

お申し込み・お問い合わせ先

テルウエル西日本(株) 四国支店  
厚生福祉サービス営業部 担当岡田  
(フリーダイヤル) 〇二二〇一七四四〇〇

	開催日時	開催場所	内容
愛媛	平成17年7月2日(土) 13:00~16:00	ニチイ学館松山教室 松山市三番町4-4-6 松山センタービル2号館4F	・家庭介護の基本 ・車椅子、食事介助 ・介護保険の内容
香川	平成17年7月15日 (金)13:00~16:00	ニチイ学館丸亀教室 丸亀市大手町3-15-17 ジブラルタ生命丸亀ビル5F	・家庭介護の基本 ・体験学習(実技) ・介護保険の内容
徳島	平成17年7月20日 (水)13:00~16:00	ニチイ学館徳島教室 徳島市八百屋町3-26 大同生命ビル7F	・家庭介護の基本 ・食事、移乗介助 ・介護用品について
高知	平成17年7月25日 (月)13:00~16:00	ニチイ学館高知教室 高知市本町2-2-34 明治安田生命高知ビル6F	・家庭介護の基本 ・車椅子、食事介助 ・介護保険の内容

俳句

へやまもも句会 〳 (高知)

冷房の玻璃の内より手を振らる

田内千代子

雑草の中に一本文字摺草

石川 房子

雨上る日差しまぶしき新樹かな

小笠原芳子

藪中に日がな籠れる時鳥

尾崎 由子

聳え立つ赤き鳥居や万録裡

田中幾久子

明易や海まだ昏き色をして

安村 淑

早梅雨早明浦ダム湖底をつき

池内 寿子

物故者叙位叙勲

瑞宝単光章

齋藤 幸雄 様

瑞宝単光章

渡邊 建治 様

敬弔

次の方々が逝去されました。謹んでご冥福をお祈りいたします。

(故人のお名前)

(逝去年月日)

(享年) (生前居住地)

(愛媛県)

平岡 ヒトミ様 17・3・14 松山市

梅村 武 様 17・4・5 今治市

齋藤 幸雄 様 17・4・7 松山市

清水 清子 様 17・4・14 松山市

野中 正雄 様 17・4・14 松山市

安田 温 様 17・4・16 松山市

大野 計 様 17・4・18 松山市

上田 敏春 様 17・5・12 松山市

流 徳太郎様 17・5・15 松山市

大津寄敏夫 様 17・6・5 松山市

高木 澄雄 様 17・6・23 松山市

(香川県)

渡邊 建治 様 17・4・21 高松市

井口 茂雄 様 17・4・23 土庄町

大山 玉一 様 17・5・28 東かがわ市

米沢 正俊 様 17・5・29 高松市

多田 良蔵 様 17・7・7 詫間町

(徳島県)

村上 孝二 様 17・5・31 徳島市

(高知県)

村上 憲一 様 17・4・2 香我美町

中尾 文男 様 17・4・30 高知市

白川 晴子 様 17・7・1 高知市

表紙の言葉

棚田風景

山脇 明 (松山市)

米も風景もおいしい私たちの文化遺産、日本の棚田百選には選ばれていないが、旧・川内町宝蔵時付近に残された棚田です。季節感あふれる自然や田舎の暮らしを肌で感じ心癒される山里です。曲線美に魅せられて、一枚の印画紙にその思いをどう伝えるか苦心の日々がつづきます。

編集後記

▽ひでり梅雨の心配から一転して大雨による被害：でも、この恵みの雨でなんとか夏場の水不足が解消されればよいのですが。梅雨明け後は暑さの厳しい季節になります。会員の皆様お元気でお過ごし下さい。(小澤)

四国電友会会報 第三百三十一号  
発行 平成十七年七月一日  
編集 電友会四国地方本部  
松山市一番町四・三  
NTT西日本四国支店内  
電話 (〇八九) 九三六・二〇二三  
印刷 株式会社 NTTクオリス

ります。

現在も毎日早朝ウォーキングを続け「ふるさとを歩く会」の行事にも参加しています。

また、昨年からランドゴルフを始め、週二回の練習試合や市の大会等に出場して、OBの方達と顔を合わせることもあります。

趣味の写真の方は相変わらず「フィルム写真」一筋で楽しんでます。

これらのことを通じて友達の輪が広がり、健康維持にもつながっていることを喜んでおります。

◇ 武井 宗彦 (松山市・S60退)

元気です。今年の三月傘寿を迎えました。晩酌も毎晩少量ですが進んでいます。

就寝は早く、朝起床は5時30分、庭の清掃、新聞を読んだのち、道後の椿湯に通っています。

趣味としたパステル画は最近が進まない。トシのせいかな。

嬉しいことは少なく、淋しいことが多い今日この頃、明るく生きること努めたい。

皆さんのご健勝を祈ります。

◇ 竹田 ツタエ (松山市・S60退)

職場を離れて二十年も過ぎ、加齢と共に健康に不安を感じています。

現在は高血圧で月一回、通院治療で生活に支障はありませんが、独り暮らしなので認知症、高齢者うつ病の予防を兼ね、地域の生き生きサロンに週一回出向き、手芸ゲーム、お

しやべりを、また、老友会公民館活動行事で公園の清掃、運動会、お誕生日会、盆踊り、市文化財巡り、介護予防教室、旅行等々に積極的に参加し、役員も引き受けて町内会の方々と交流を深め、楽しく日々を過ごし元気を保っています。

先頭車両があまりにもゆっくり走るのので一軒以上に及ぶ車両が数珠つなぎになっているのに出くわすことが時々あります。

◇ 田中 萬木 (松山市・S61退)

後続車は追い越し車線にたどり着くや否や、それまで我慢していたものが一気に吹き出し、事故につながる可能性があります。

このような状態は避け、後方車両に道を譲り車の流れに順応しなければなりません。

『人のふり見て我がふり直せ』の諺を自覚し、ここ当分は運転を続けていきたいと思っています。

◇ 谷ノ内徳成 (伊予市・S62退)

会報楽しく読んでいます。

私は今々の投稿者が次第に若くなり、直近では平成二桁退職者が殆ど、時代は変わりかけていますか。

人生八十路の入口に来て、長年努めてきた老人クラブ会長や地域役員等を引退し、グラウンドゴルフと料理教室で高齢者の友愛づくり、そして百坪余りの畑で季節の野菜作りなど動くことをモットーに先々のことは風まかせ。

長男家族4人、次男家族5人はそれぞれ本州居住で、年二回程度の顔合わせがやつと。我が家は老妻と二人、一病息災頑張っています。

◇ 谷本 卓正 (松山市・S57退)

昨年六月、二度目に発症した脳梗塞(一度目は平成四年三月の脳出血)の後遺症が予想以上に厳しくて、少し難儀しております。

毎回少しずつ歩くことを基本に、リハビリに努めておりますが、やむなく中断中のザル碁同好会への復帰が一日でも早からんことを念じている昨今です。

◇ 田村 政明 (今治市・S62退)

平成七年に元氣じるしを集めて「ボラの会」を作って十四年の歳月が流れる。

なりてがない代表によだれくりくり眠る私がされて活動もおいおい細りになっていく。

一つだけ継続しているのは、米軍の空襲で死亡した電話交換手の慰霊・鎮魂祭の草むしりと清掃、NTT今治ビル周辺の樹木剪定の緑の美化だけは継続できている。

最近では訓練学校へ行つてプロになった技師、ノンプロの仲間ができて、出来映えが一段と見事になった。

私は口だけの手伝いで楽になりました。

嬉しいことに平成20年12月に西日本電信電話株式会社愛媛支店長から感謝状をいただいた。これを肴に会費も追加して焼き鳥に酎で乾杯、モウケッコウぐらい呑んで楽しかった。

乾杯、モウケッコウぐらい呑んで楽しかった。

私の腹の中には「酒の虫」が住み着いていて、じじいの武勇伝は数々ございます。

〃 酪酊でつかんだ枝が小さ過ぎ〃

◇ 都築 義彦 (大豊町・S 61退)

毎年GWは新茶摘みで賑わいます。高齢化率52%の町に各地から子供や親戚が応援に駆けつけます。

今年春の訪れが早く茶摘みも早まるのではと心配しましたが、収穫前の天候不順の悪影響も少なく、我が家は9名で茶摘みに挑戦しました。

後継者の育成を兼ね、茶摘機の操作は交替で行いました。

平成十八年「本場の本物」に認定された「大豊町の碁石茶」は統一ブランドで全国約一千店舗で販売されています。

健康食品や化粧品などとして皆さんも是非ご愛用ください。

◇ 嶮本 宜義 (伊予市・S 61退)

退職してからアツという間に二十年が過ぎ、元気で傘寿を迎えることが出来ました。

地元で広報委員一年、広報区大字総代四年、広報区大字監事を七年務めました。傘寿を機に若い有能な人にバトンタッチをすることにしました。

身体はまあまあ元気ですが、自分でボケていないと思っても物忘れは名人級です。今年もボケ防止とふれ合いの場を増やすた

め、県生涯学習センター「コミ・カレ」の講座をできるだけ多く受講しようと思込みの準備をしております。

◇ 土岐 次夫 (今治市・S 57退)

いつもお世話になっております。九年ほど前から持病の慢性膝炎と付き合っています。

◇ 友澤 良子 (松山市・S 53退)

昭和五十三年に退職し、三十年が経ちました。

何か人の役に立てることをと思い、結婚の仲人を細々と続けております。

まとまった時の若い二人を見ると、私までとても幸せな気分になります。

趣味は書道、煎茶、詩吟と楽しみ、最近は老人会の活動や友人とショッピングや温泉を楽しんでおります。

これも電電公社で働かせて頂いたお陰だと感謝しております。

◇ 中川 洋 (松山市・H 3退)

四年前から付き合っている持病(リュウマチ)のご機嫌をとりながら何とか身体のパランスを保ちつつ、愛媛県高齢者大学同期会の役員(副会長に昨年に引き続き二年目就任)の仕事もボツボツやっています。

約二ヶ月に一回の役員会で同輩と世間話に時間の経つのを忘れたり、川柳句会でお互

に感想を述べ合うなどして、ストレスの解消を図り、心身の健康維持に努めている昨今です。

◇ 中野 弘道 (松山市・S 61退)

皆様お元気ですか。退職して早や二十年を過ぎ、八十を越す年令となりました。

循環器系統の三回の手術をはじめ、近年は歩行困難というおまけまでつき、只家の中で過ごす毎日を送っている状態です。

健康が一番、皆様も十分ご自愛のうえお過ごし下さることをお祈りします。

◇ 中村秀之助 (大月町・S 61退)

故郷は遠くなりけり。一九八六年二月退職、二十三年の月日が過ぎました。

NTTとの絆である「電友会会報」、その気配りに感謝しつつ拝読いたしております。有難うございます。

三キロ人家なし、海に面した山の一角に住み、ペンションを続けて二十二年。

訪ねて下さる人々との対話を楽しみに、何とか元気にやっています。

月日の経つ早さに驚いています。いつ幕を降ろすか、そのみを考えているこの頃です。

◇ 西岡視乃武 (松山市・S 63退)

早朝、道後周辺散歩、帰り温泉で汗流す。

痛風発生後、好きなアルコール類やめ。

従来の多趣味は喜寿後、殆どやめ、今は水彩画一筋、同僚の重松勝さん（元総支社）に師事、お陰様で市シルバー展金賞、県シルバ―展特選、全国展へ。

県展五年連続入選、昨年は水彩画最高賞をいただく。

今年六月東京都美術館で行われる日本水彩展初出品入選。

人生の充実は時間を忘れるほどの趣味を持つことと思ひ、日々楽しくやっております。

◇ 西村 義一 (宿毛市・S 60退)

歩くお遍路さんが札所三十九番から四十番への遍路みち（土佐から伊予へ）山越え山道入口貝塚地区にあります。お遍路さんとはよく挨拶し、立ち話もします。

山道は風吹けば杉の枯れ枝が落ちるので拾い、道沿いには古い遍路墓もあり掃除もします。

また、私達のジョギングコースで二料程を往復歩いていきます。

地区の貝塚じょうもんクラブに入会し、毎月、皆さんとお宮の掃除をするほか年間行事にも参加しております。

昔人の「年には勝てん」と言った事を思い出し、家内と日々の健康について話し合いながら過ごしております。

◇ 橋本健一郎 (徳島市・S 58退)

五月二十日、金婚式で飯泉知事から頂いた

賞状と高砂の記念品を今、仏間に飾り、毎日眺めては在りし日の情熱とロマンを偲んだりしている。

だが地方公務員を定年退職した妻と連名の賞状は、妻の後に私の名前があり、何だか少し変な気分！

その少し前の五月五日、一番上の孫が東京女子医大の内科医と結婚、三月には孫娘が東京芸大で博士号を取る。ようやりよるわい。

単身赴任が多かった私にとって、今や家内は宝物、物忘れが多くなった私だが、今後この宝物と密着した日々を過ごしたいと思っている。

◇ 桧垣 圭吾 (今治市・S 60退)

いつも皆様のお世話になり有難うございませう。

私も退職後しばらくは健康に恵まれ、農業に従事して百姓を楽しみながら、平凡で健康な生活を過ごしてきましたが、平成二十年二月七日、夕方六時頃入浴中、突然に脳内出血で倒れ、左半身不随となりました。

このため誰かの援助がなければ自分の体を動かすことも出来ない状態となり、介護を受けながらの闘病生活を余儀なくされていますが、自由にならない中で、自由に動ける人を見て羨ましく思ったり眺めたりの日です。

今は毎週火・木曜日は歩行と動く練習のりハビリの特訓に脂汗を流しておりますが、歩行も動きもなかなか前に進まず、頭が痛むのと目が廻るだけです。

倒れるまでは知らなかったのですが、血圧

の高いことが命を脅かすことになるとは知らず、自覚症状が殆どないため、大変な病気とは思っていませんでした。

脳卒中や心筋梗塞、心不全、腎不全などの重大な病気は、血圧の高さによって危険度が高まります。したがって、血圧を下げることはこのような病気を予防するために極めて重要です。

まず塩分を減らすこと、生活習慣の改善も忘れてはなりません。血圧降下のためには減塩運動、ストレス・肥満の解消、節酒も大いに効果があります。

血圧の高い人は放置せずに医者と相談しましょう。高血圧を放置すると私のような身体障害を起こす可能性が高いことを理解して、主治医の指導に従い、健やかに老いたいものです。

今は一人ベットで高知のお酒のうまかったことを懐かしんでいます。

毎晩、皆で行った飲み会、豪快に楽しく銘酒の美味さを楽しみました。

夜の更けること、帰ることも忘れ、どうしてあのように美味かったのか、懐かしく想い出しています。

◇ 藤川 道男 (板野町・S 60退)

退職して二十三年、八十一才になりました。十六年前に心筋梗塞でバイパス手術、その後何度も度々の心臓発作がありニト口を常時携帯。

また、四年前にはCT検査で腹部大動脈（解離）を発見、十数年続いた夫婦でのジョギン

グも最近はとぎれがちです。  
ストレス解消で始めた山野草が五〇〇鉢余り、それが今ではストレスの原因かも。  
二病息災、上手に生かして無理をせず頑張りたいと思います。

◇ 三宅 康之 (美馬市・H4退)

毎朝六時頃、屋根上の太陽温水器のステンレス製側面にカラスが自分の顔が写るので、それに向かってクチバシでコンコンとうるさくツツク音が目覚めます。

それから約二時間、庭に植えた花、樹、垣等に散水します。夕方は庭一面の草取りに追われます。

お陰様で元気です。毎年人間ドックを受診しておりますが、たまに精密検査のため一泊ドックになった事もありましたが、全部正常に来ております。

NTT・OB会長、事務局長、ボランティア会長、部落では神社総代、班長、会計と担当し、忙しい時もありますが、元気なうちは頑張ります。

◇ 村島 政子 (徳島市・H13退)

平成十三年に退職し、五年間は病院の入退院の繰り返しでした。

三年ほど前に良薬に出会い、外出出来るようになりました。

趣味で始めた俳句は適度な外出を兼ねての吟行もあり、句友も増え、続いています。

これからは ①足を丈夫に(足が一番大切)

②一日に三人以上の人と言葉を交わす(レジの女の人、道であった子供など誰でも良い新鮮な驚きも必要) ③良質のタンパク質を摂取し、血中のアルブミン値の低下を防ぐ(若さを保つ)を実践してサクセスフルエイジングを歩みたいと思っています。

◇ 森永 俊樹 (東かがわ市・H2退)

昨年の五月末で第一線を退き、今は週に二日程度会社に顔を出し、後は地域で役立つことがあるかも知れないと複数の会に所属して、地域の人達に話しを聞かせてもらったり、時には酒を酌み交わしております。

地元にも足腰の強い優良企業もあるので、若者が定着してお祭りとか行事に多く参加してくれることを夢みて、協力していこうと思っています。

◇ 吉田フジ子 (徳島市・S55退)

在職中病弱のため、八十路の命を賜るとは夢にも思いませんでした。

人並みの体になりたいと、長年操体法、気功法を続けてきた結果と感謝しています。

操体法とは自分の体に聞いて、気持のよい方向へ動かし、体のバランスを整え痛みや取りを取る自己治療法です。

気功法は気のフィールドに包まれ環境と調和して心身をコントロールし、鍛錬、健康、癒しとしての健身法で、医療気功は軟気功で中国医師の指導による気功です。

不調を訴え困っている方には操体と気功を

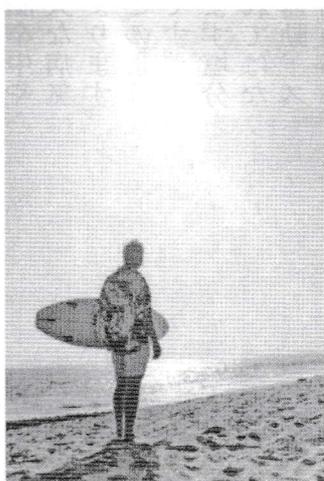
会得していただき、共に感謝の日を送りたいと思います。

◇ 好原 四郎 (佐川町・S61退)

退職して二十数年、年令も大台になりました。

昔からピースだけの五十年、その報いか賞味期限？が過ぎたのか、最近は好きな旅行や川漁が無理になりましたが、病院通いのない時は腰痛にむち打ち、酸素ボンベとニトロ携帯で野菜作りをしています。

足腰立たず、口と腹だけが立つ体ですが、同居人は細く長く生きてくれと、車で山菜採りや漁や日帰り旅行に連れて行ってくれますので、生き生き百才体操等をして頑張っています。



サークル紹介

☆ ゴルフサークル「八一会」

河瀬 誠一 (高松市)

「八一会」は今年で発足29年目となる歴史と伝統のあるゴルフサークルです。1981年(昭和56年)に「ゴルフ愛好会」として呼びかけ、発足年に併せて「八一会」と呼称し、ゴルフを愛し・ゴルフを楽しみ・会員相互の親睦と健康増進を図るとともに、日頃の健康管理と練習成果を競い合うゴルフコンペとして発展し続けてきました。

例会コンペは、2月と8月は休会とし、年間10回を休まず続けて開催しています。来年1月には第300回記念大会を予定しており、記念に残る大会とするため、会員からの意見・要望を聴取しているところです。

例会コンペは、近年はN T T等を退職後も年金支給開始年齢との関わり等から仕事を続けられる会員に配慮した曜日別開催や、従来の「パブリックコース」から、昨今のゴルフ事情を踏まえた比較的経済的で、かつゴルフの醍醐味が満喫できる「本コース」へのシフト。また、全県から参加し易い場所・安くサービスの良い(副賞の提供を含む)ゴルフ場の選定を行い、参加して良かったと感じていただくゴルフコンペに努めています。

その成果もあり、例会コンペの平均参加人数は約40名(10組)で、特に4月は48名(12

組)で締め切らしていただくという大盛況を得ています。



《ゴルフサークル「八一会」のコンペ参加者の皆さんで「ハイポーズ」》

会員構成は、お元気でパワー溢れるシヨットや絶妙な技術を持ち合わせた80歳代が3名、年を感じさせないプレーをする70歳代が28名、華やかな女性会員数名で、4月末現在の会員数79名がゴルフを楽しんでいます。

いずれにしても、我が「八一会」は25年目を一つの通過点として、これからも「親睦と愛好、そして健康増進」を確認するサークルとしてずっと守り続けて行かなければなりません。

ゴルフを楽しみたい方の入会をお待ちしています。

- ☆ 入会ご希望の方はぜひご連絡下さい
- 香川電友会事務局  
☎(087) 839-9150
- 八一会事務局  
☎(087) 886-0445

☆ 茶道部なごみ会

藤本 清治 (徳島市)

なごみ会は和をもつて尊しと成すリを用し、一碗からピースフルネスへと努力して行くことを心がけています。

例会は毎月第一・二・三の火曜日と第四金曜日に徳島市中洲町にあるOBサロンびざんの和室(N T T中洲ビル内)に同好者が寄り合っ、おいしい和菓子をおぼり、茶筌を振っています。

毎年一月の初釜には約三十名の会員が集い農茶薄茶を点でて満喫しています。

なごみ会は、OBサロンびざんの開設と同



《OBサロンびざんの和室で開催している茶道部「なごみ会」例会の一コマ》

時に発足し、共済会の支援とその後の電友会の援助で平成三年から現在まで、おおよそ十八年継続しています。  
 和敬清寂とか一期一会などの理屈を抜きにして、友達同士のコミュニケーションをとることで、退職後の生き甲斐を感じて参集しています。  
 茶道の各流派の粋をこえ、また、入門者とベテランのランクを越えて楽しんでいきます。

健康のページ

Ⅱ 大腸内視鏡検査のお勧め Ⅱ

N T T 西日本松山病院

内科主任医長 中村早苗



〃 毎年便潜血検査を受けていたのに、  
 ・でも、大腸内視鏡検査だけは受けていなかった〃とため息とともにつぶやかれる大腸進行がんの患者様に遭遇することがあります。

大腸がんの代表的な症状である血便、便が細くなる、残便感、腹痛、下痢と便秘の繰り返しなどの症状ではなく、上腹部不快感を訴えて来られ、検査の結果、大腸がんが肝臓に転移していたケースです。

この患者様の場合、過去の健診時にすでに大腸がん、あるいは前がん状態のポリープがあったと思われるが、まだ出血や便通異常、他の臓器への転移を伴うほどのものではなかったと考えられます。

また、不運にも健診日の便に病変からの出血がなく、内視鏡検査を受ける機会を逃がしてしまったのかも知れません。さらに進行して初めて上腹部不快感が出現し、この時には便潜血はおそらく陽性であり、注意して観察すれば、肉眼的にも血液の混入があったかも知

しれません。

過去に経験した症例ですが、職場の同僚が大腸進行がんと診断されたため、心配になって大腸内視鏡検査を受けたところ、進行がんが認められたケースがあります。

この患者様は全く自覚症状はなく、健診で便潜血検査にひっかかったこともありませんでした。非常に幸運な方といえます。

そもそも便潜血とは、読んで字のごとく、便に血が潜んでいる状態です。便潜血検査は主に大腸以後の消化管で出血しているかどうかを見る検査ですので、痔からの出血にても陽性になります。

とにかく、陽性であれば何らかの出血を伴う病変があることは確実ですので、大腸内視鏡検査をお勧めします。

一方、陰性であった場合も注意が必要です。前述しましたように、陰性ということは、大腸に病変がないということを示すものではありません。

四十才を迎えるころになりますと、将来大腸がんになりうるポリープが存在する可能性が高くなってきます。

多くの大腸がんは良性の腫瘍である〃腺腫〃と呼ばれる隆起、すなわち大腸ポリープから発生すると考えられています。

また、ポリープから発生しないがん、すなわち隆起をつくらずに平坦なまま、最初からがん化しているリデノボがん〃と呼ばれる大腸がんもあります。少ないとされています。内視鏡検査時にこの腺腫が発見された場合

は、前がん状態として摘出します。これもつとも理想的な大腸がん予防といえます。自覚症状の有無、便潜血検査の結果にかかわらず、四十才を越えたならば、一度は大腸内視鏡検査をおすすめします。

これほどおすすめるにはさらなる理由があります。

大腸がんは、早期であればほぼ百パーセント近く完治しますが、一般的には自覚症状はありません。

したがって、無症状の時期に発見することが重要となります。この時期であれば、内視鏡的に摘出できることが多くなってきました。

これらを放置しておく、自覚症状が出現する頃には、進行がんに至り、しかも肝臓、肺、リンパ節転移を伴っている確率が格段にたかくなります。転移の状況によっては根治的な手術が不可能な場合もあります。その場合は化学療法の適応になります。

とにかく、大腸内視鏡検査を受けることが重要です。とはいっても、皆さんの大腸内視鏡検査に対するイメージは、苦しい、痛い、怖い、恥ずかしい、といったものが多いと思います。しかし、内視鏡機器の改良、術者の技術の向上と普及、安全性の確立は数十年前と比較するとめざましいものがあります。

実際受けてみられると、胃内視鏡検査よりも楽であったと言われる患者様のほうが多い印象があります。

また、恥ずかしいと思われる女性の方も、当院も含め、女性の内視鏡専門医はどんどん

増えてきておりますので、ぜひ女性医師をご指名ください。

最後に、大腸がんを予防するためには、自身の節制が必要です。過度の飲酒、喫煙を控えることはどの疾患の予防にも共通することです。また、肉食、特に牛肉、加工肉及び乳製品の過度の摂取は控え、野菜・穀物を中心とした和食に戻りましょう。

なお、胃腸を冷やすことは、免疫力を低下させることにつながりますので、暑い季節でも体温程の飲み物を摂取するようにしましょう。特に白湯がおすすめです。結論として、大腸がん予防は節制と四十才からの大腸内視鏡検査が基本です。検査につきましては、当院内科にお気軽にご相談下さい。



## エコ・ライフのすすめ

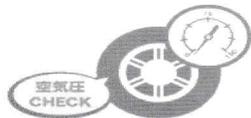
### = 始めよう！エコドライブ =

「エコドライブ 準備編」をご紹介します。できることから実践して15%~20%の燃費改善を目指しましょう。

#### □ タイヤの空気圧を、こまめにチェック

【タイヤの空気圧は適正に！点検・整備もこまめにしよう】

- ・空気圧が適正値より0.5kg/ た場合 2%~4%燃費が悪化。
- ・安全運転のためにもこまめに点検・整備しよう。



#### □ 目的地は事前に調べてスムーズ到着

【出掛ける前に計画・準備して、渋滞・工事情報もチェックしよう】

- ・一時間のドライブで10分道に迷うと約14%燃料を浪費します。
- ・地図やカーナビを使ってスムーズに目的地に行こう。
- ・通勤時間等渋滞が予想される時間帯のドライブは避けよう。
- ・カーラジオで交通情報をチェックしよう。





## エコ・ライフのすすめ

### =始めよう！エコドライブ=

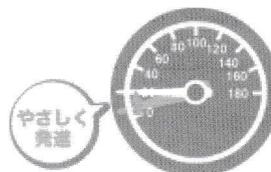
夏です。山や海へドライブの季節がやってきました。  
地球と財布にやさしく安全運転にもなるエコドライブを始めましょう。

「エコドライブ 運転編」をご紹介します。できることから実践して15%~20%の燃費改善を目指しましょう。

#### 1. ふんわりスタート「eスタート」

【やさしい発進に心がけましょう】

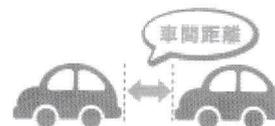
- ・最初の5秒で20km/hを目安に発進しよう。
- ・急発進は燃料の無駄遣い。ふんわりスタートで、10%程度の燃費が改善します。



#### 2. 車間距離 空けて余裕の加減速

【車間距離は余裕をもって、交通状況に応じた定速走行に努めよう】

- ・前の車との距離をつめるとムラの多い運転になります。
- ・加減速が多いと2~6%燃費が悪化します。
- ・車間距離をとってゆったり気分で運転すれば安全運転にもなります。



#### 3. 早めのアクセルオフでかしこく停車

【エンジブレーキを積極的に使おう】

- ・先の信号が赤のときは早めにアクセルから足を離し、惰性で走行しよう。
- ・アクセルオフで燃料供給がストップし、2%程度の燃費が改善されます。



#### 4. エアコンの使用は控えめに

【車を冷やし過ぎないようにしよう】

- ・気象条件に応じこまめに温度調整しよう。
- ・夏場には車内の冷やしすぎにご注意。
- ・外気25°Cでエアコンを使用すると12%程度燃費が悪化します。



#### 5. アイドリングストップ(駐停車)

【無用なアイドリングはやめよう】

- ・待合せ、荷物の積み下ろし、自販機での買物などでもエンジンをストップ。
- ・10分間のアイドリングで130cc 程度燃料を浪費します。



#### 6. 暖機運転は不要

【エンジンをかけたらすぐ出発しよう】

- ・現在のガソリン車は暖機不要です。
- ・5分間の暖機で160cc 程度燃料を浪費。



テルウェルだより

☆ H21年度『介護予防教室』のご案内

「元気を持続！ いっまでもいきいきとした生活を過ごすために」

テルウェル西日本(株)四国支店では、社会貢献活動の一環として、平成二十年度より介護予防教室を開催しております。

今年度はこれまで八年間実施してきた家庭介護教室から、介護予防教室へ変更し、介護予防について学んでいただきたいと思っております。

介護予防とは介護を必要とする状態を未然に防止したり、また今は介護が必要でも出来るだけの機能を改善することをいいます。今年度の介護予防教室は『元気を持続！ いっまでもいきいきとした生活を過ごすために』をテーマに各県一回開催いたします。

教室の内容としては、介護概要・認知症予防についての講義と、介護予防運動を行います。

とても役に立つ内容となっております、好評をいただいておりますので、皆様ぜひご受講されてはいかがでしょうか。

参加申込みをいただきました方には詳しい内容をお送りします。

皆様の多数のご参加をお待ちしております。

- ① 開催日時 次表のとおり
- ② 開催場所 次表のとおり

- ③ 募集人員 各教室二〇名(先着順)
- ④ 受講料 無料
- ※介護予防教材は自宅で運動ができるセラバンドを用意しています。
- ⑤ 申込締切日 定員になり次第締切

県別	開催日	会場	内容
愛媛	H21年9月16日(水) 13:00~16:00	〔ニチイ学館松山教室〕 松山市三番町 4-4-6 松山センタービル 2号館 4F	〔講義〕 □介護概要 ・介護保険、介護予防について
香川	H21年10月21日(水) 13:00~16:00	〔ニチイ学館高松教室〕 高松市寿町 2-4-20 高松センタービル 10F	□認知症予防 ・「おたっしや21」認知症予防
徳島	H21年11月27日(金) 13:00~16:00	〔ニチイ学館徳島教室〕 徳島市八百屋町 3-26 大同生命徳島ビル 7F	〔実技〕 □介護予防運動 ・「おたっしや21」口腔機能 ・はつらつ体操
高知	H21年12月7日(月) 13:00~16:00	〔ニチイ学館高知教室〕 高知市本町 2-2-34 明治安田生命ビル 6F	・セラバンドを用いた運動

介護予防教室では、NTTグループが開発しました「介護予防システム(健診から運動指導までの介護予防をトータルサポートする映像コミュニケーション技術)はつらつ製造器」を利用します。



☆ 「NTTグループボランティア松山」  
第五回総会開催

四月十六日、伊予鉄会館において「NTTグループボランティア松山」の第五回総会が開催されました。

総会では平成二十年度の活動報告及び平成二十一年度の活動方針(案)について討論が行われた後、原案どおり承認されました。

平成二十一年度の活動内容等は次のとおりです。

(活動内容)

- ① 職域ボランティア
- ② 地域ボランティア
- ③ 訪問活動・生活支援ボランティア
- ④ 福祉施設等の訪問・地域での福祉活動等

③ 他団体との連携による活動の推進  
松山市「社協・ボラ連」行事への参加等

今年度も引き続き訪問ボランティア等の活動にとり組んでいくこととしていますので、  
会員の皆様のご利用をお願いします。

【お申込み・お問い合わせ先】

◇ テルウェル西日本(株) 四国支店  
厚生福祉・ビルサービス営業部  
福祉共済担当：岡田  
☎ 〇二二〇一七四四一四〇〇

高齢者叙勲

☆ 瑞宝双光章 宇都宮 祝 様  
(三木町)

授章おめでとうございます。  
心からお祝いを申し上げますとともに  
益々のご健勝をお祈りします。

物故者叙勲

- ☆ 瑞宝双光章 有田 幸久 様
- ☆ 瑞宝单光章 中平 淑彦 様
- ☆ 瑞宝单光章 関 文昭 様

敬 弔

次の方々が逝去されました。  
謹んでご冥福をお祈りいたします。

(故人のお名前)

(逝去年月日)

(享年(生前居住地))

高田 静子 様	20	11	12	82	松山市
山本 一雄 様	21	3	6	93	松山市
山根 保之 様	21	4	5	64	松山市
真鍋 祝 様	21	4	29	85	松山市
有田 幸久 様	21	5	11	84	松山市
篠浦英太郎 様	21	5	24	69	松山市
二宮 輝義 様	21	5	27	83	松山市
相原 孝 様	21	5	27	76	松山市
西川 銀治 様	21	6	5	80	八幡浜市
渡邊 勝 様	21	6	14	83	松山市
桑村 智明 様	21	7	3	76	松山市
(香川県)					
多田 誠子 様	21	4	23	84	丸亀市
河田 秋義 様	21	4	23	83	丸亀市
池上美代子 様	21	5	10	80	高松市
脇 シゲコ 様	21	6	6	81	丸亀市
近藤 恭平 様	21	6	29	81	丸亀市
(徳島県)					
武市 弘 様	21	3	20	70	徳島市
楠 義春 様	21	5	4	84	藍住町
熨斗谷美代子 様	21	6	12	97	徳島市
(高知県)					
宮崎 鶴雄 様	21	4	14	82	四万十市
寺山 啓一 様	21	4	30	63	高知市
溝渕 宗俊 様	21	6	21	85	安芸市

森本 道 様 21・7・4 73 いの町

表紙の言葉

「チヨース」海渡行

正木 康晴 (徳島市)

日和佐八幡神社(徳島県美波町)の秋祭りは町内会毎に趣向を凝らした太鼓屋台が競って大浜海岸へ練り出し、豪快な海渡行が行われます。

この太鼓屋台は日和佐では「チヨース」と呼び、寛政七年(1795年)に日和佐の戎町で最初の屋台が作られたとの記録があります。

現在では主な町内会で8台のチヨースが保有されているほか、御神輿・ギャル御輿などがあり、毎年神社境内や大浜海岸で勇壮な祭りが展開されます。

その美波町日和佐を舞台にNHK連続テレビ小説「ウエルかめ」の収録が倉科カナさんの主演で行われています。9月28日からのテレビ放送に期待しています。

四国電友会会報 第百四十七号  
発行 平成二十一年七月一日  
編集 電友会 四国地方本部  
松山市一番町四・三  
NTT西日本愛媛支店内  
(〇八九)九三六・二〇二三  
印刷 株式会社 ドルック

# テルウェル西日本が住宅用火災警報器を 格安で提供いたします

住宅用火災警報器の設置が義務化されました

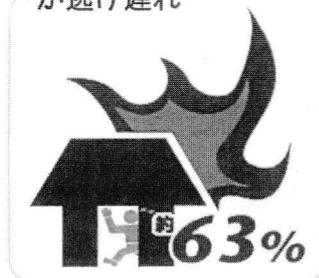
新規住宅・・・平成18年6月1日施行

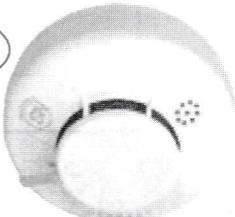
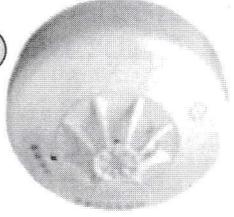
既存住宅・・・平成23年5月31日までに設置が必要です

住宅火災の死者は約9割



死亡原因の約6割  
が逃げ遅れ



商品名	マックス住宅用火災警報器「火無安全」(かないあんぜん)	
種類	<p>煙式</p>  <p>設置場所 寝室、階段 居間、子供 部屋など</p>	<p>熱式</p>  <p>設置場所 台所対応。</p>
品名	KK-DS23-10 (音声式) KK-DS23-10J (音声式・和室色)	KK-DH23-10 (音声式)
外寸	Φ98mm × 43mm	Φ98mm × 45mm
質量	125g(電池含む)	115g(電池含む)
今回斡旋価格	3,100円(税込)	3,100円(税込)
	※1世帯3個以上の場合は1個につき3,000円(税込)	
送料	送料については、350円(税込)を別途ご請求させていただきます。	
	大手量販店参考価格・・・4,000円程度	
取付工事等	取付は、お客様ご自身でドライバー1本あれば大丈夫です。 なお、ご家庭の事情等により取付工事をご希望の場合は、1台3,500円(税込)、2台目以降1台につき1,000円(税込)の工事費で工事を承りさせていただきます。(工事日等、詳細は別途相談させていただきます)	

■ご注文・お問い合わせは

四国支店 (愛媛エリア)  
 オフィスソリューション営業部  
 TEL 089-933-0755  
 FAX 089-946-0866

テルウェル西日本株式会社  
 (香川エリア)  
 香川営業支店  
 TEL 087-822-5151  
 FAX 087-821-5856

(徳島エリア)  
 徳島営業支店  
 TEL 088-652-6320  
 FAX 088-652-4183

(高知エリア)  
 高知営業支店  
 TEL 088-823-8501  
 FAX 088-823-8505

(株)テルウェル・ライフアシストは、  
皆様の豊かなセカンドライフをアシストします。

わたち  
「轍」～誕生から大尾まで～  
マイ・メモリー

いざという時の備えに。  
あるいは過去を振り返り、思い出を綴り、  
大切な人へのメッセージを遺す為に・・・

ポイント

1

あなたの人生の足跡をたどるきっかけとなると共に  
思い出を綴ることができます。

ポイント

2

日頃、なかなか言葉にできない感謝の気持ちや、  
大切な人へのメッセージを伝えることができます。

ポイント

3

あなたに万一の事があった際、残された家族が  
困らないよう預貯金、株等、資産の状況を事前に  
整理しておくことができます。

ポイント

4

遺言や、葬儀、お墓等についてのあなたの思いを  
伝えることができます。

ポイント

5

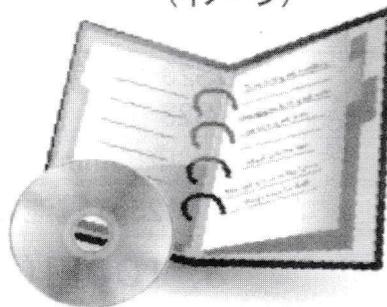
バインダー式になっており、記述が増えても追加・  
修正ができます。またパソコン入力用CDにて、  
パソコン上での記入・保管ができます。

1. 発行・お父様時代

お父様の氏名	_____
お母様の氏名	_____
お父様の生年月日	_____
お母様の生年月日	_____
お父様の職業	_____
お母様の職業	_____
お父様の学歴	_____
お母様の学歴	_____
お父様の住所	_____
お母様の住所	_____

心に残る言葉、書きかたをここに書いてください

(イメージ)



**予約受付中!**

【販売時期】平成21年9月発売予定

【販売予定価格】7,000円(豪華装丁版)

【予約・問合せ先】(株)テルウェル・ライフアシスト  
ヨイゴシナン

フリーダイヤル:0120-415476(H21.6月中旬より受付開始)