



四国電友会会報

第 1 3 6 号

平成 18 年 10 月

《 「だるま夕日」 (撮影) 石元克周さん 》

目次

| | |
|----------------------------|----|
| NTTグループの動き | 2 |
| ・ 就任のごあいさつ(NTT西日本・四国 酒井社長) | 2 |
| ・ NTTの新組織図 | 2 |
| ・ NTT西日本グループのCSRの取組 | 3 |
| お知らせ | 3 |
| ・ 第35回理事会・第17回評議員会 | 4 |
| 支部だより | 4 |
| ・ 高知電友会会員がCSR | 4 |
| ドキュメント | 4 |
| ・ 盆栽との対話を楽しむ | 5 |
| M・M(マルチメディア)コーナー | 5 |
| ・ パソコンとの出会い | 6 |
| ボランティア紹介 | 6 |
| ・ 日赤奉仕団員として | 7 |
| テルウエルだより | 7 |
| ・ 平成18年度家庭介護教室の開催 | 8 |
| ・ NTT・OB香川介護センターの総会開催 | 8 |
| サークル紹介 | 8 |
| ・ 古典芸能で楽しませんか(勝話会) | 9 |
| 私 は 今 | 9 |
| ・ 会員のみなさんの近況 | 10 |
| 俳 句 | 10 |
| ・ 友佳里句会(愛媛) | 18 |
| 敬 弔 | 18 |
| 表紙の言葉／編集後記 | 18 |

就任のご挨拶

株NTT西日本・四国

代表取締役社長

酒井 紀雄



この度、NTT西日本四国事業本部長並びに株式会社NTT西日本・四国の社長に就任いたしました酒井でございます。

就任にあたり、四国電友会会員の皆様に、ひと言ごあいさつを申し上げます。

電友会会員の皆様方には、日頃からNTT事業に対し、御理解と御協力を賜り誠にありがとうございます。この場をお借りしてお礼申し上げます。

さて、日本のブロードバンド市場はサービス開始後わずか数年の間に、すでに二千万契約を上回り、世帯普及率は約四十五%に達するなど世界水準にあります。とりわけ光アクセスサービスについては平成十六年度第四半期に純増数でADSLを上回り、ブロードバンドの本命として本格的な普及期を迎えています。

こうした中、固定と携帯が融合したサービス(FMCサービス)へ多くの事業者が参入を表明し、更には通信と放送の融合を目指すサービスも議論されるなど、日本の情報通信市場は、各事業者の競争を通じて、加速度を増して拡大しております。

NTT西日本では他事業者との競争を展開

する中で、「二〇一〇年までに千五百万人のお客様に光アクセスサービスをご利用いただく」という『NTT西日本グループ中期ビジョン』を実現するため、仕事の進め方や、組織を「光ブロードバンドを中心とした形態」に変革することにより「マーケット志向の徹底」と「サービスの質的向上」を図っていくこととしました。

その具体的取組みとして、これまでの十六支店体制から六ブロック及び府県単位をベースとした三十三支店体制へ移行するとともに、マーケティングアクト、ネオメイト、ビジネスアソシエの機能を一体化して現場第一線の業務運営体制へ抜本的に見直しました。

四国ブロックにおきましても、従来のマーケティングアクト四国、ネオメイト四国、ビジネスアソシエ四国の三社を合併し、社員数三千四百名の株式会社NTT西日本・四国を七月一日に発足する運びとなりました。

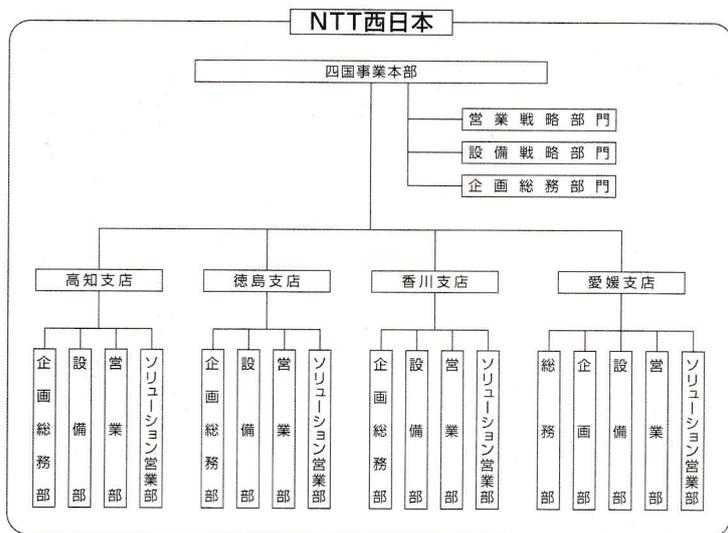
これにより従来「支店・アクト社・ネオメイト社・アソシエ社」と組織が分かれていたことに伴う意思決定の遅れや、お客様対応上の非効率を極力排除し、作業の無駄を省き「お客様サービスの向上」「より効率的な業務運営の実現」を図ってまいります。

今後は「創意工夫」と「熱意」で早期に活力ある業務運営を実現し「NTT西日本・四国」をはじめとする新たな四国ブロックの体制が、お客様から更に信頼されるよう「カスタマー・ファースト」の精神を基本に、社員が一丸となって取り組んでいきたいと思っております。

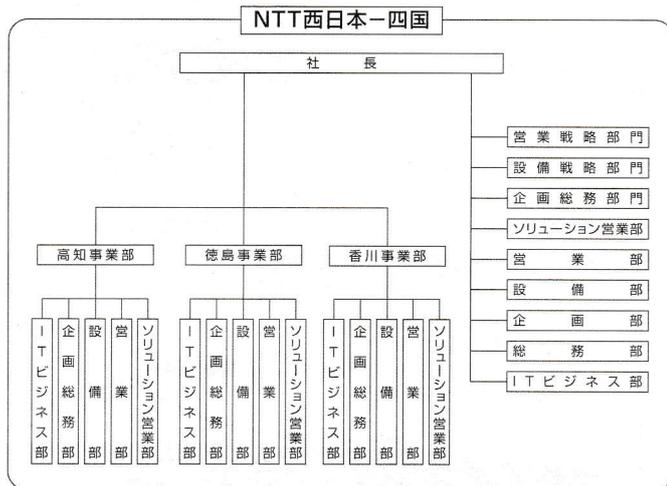
四国の地は、はじめての勤務ではありませんが、もともと四国の出身であり「地元への熱い思い」をもって、皆様とともにこれから取り組んでいきたいと考えております。どうぞよろしくお願いいたします。最後になりましたが、四国電友会の更なるご発展と会員の皆様のご健勝を祈念いたしまして、就任のご挨拶いたします。

☆「新組織図」

① NTT西日本 四国事業本部



② 株式会社 NTT西日本・四国



☆ NTT西日本グループにおける CSRの取り組み

世界的な規制緩和や競争の激化が進むなか、企業の不祥事や事故が多く発生するようになり、市民社会の成熟化ともあいまって、市民から企業に対して厳しい目が注がれるようになってきました。今後、企業は高い倫理観を持って事業活動を行うだけでなく、より良い社会づくりのために大きな役割を果たすことが求められています。

このような流れを受け、NTT西日本グループでは1999年の創業以来の取り組みを

再整理し、「CSRの考え方」を策定しました。当グループの果たすべきCSRとして「社会的価値」「経済的価値」「人間的価値」の3つの価値の増大を掲げています。これらの3つの価値の基礎には、コンプライアンスはもちろんのこと、NTT西日本グループの社員が持つべき『心』を定めた西日本スピリッツがあります。

私たちはその『心』を常に意識し、それぞれのステークホルダーに対する価値を高め、将来にわたってサービスを提供し続けることで、安心・安全で持続可能な社会の構築に寄与できるものと確信しています。

電友会会員様におかれましても、お客様や地域社会等に貢献していくNTT西日本グループのCSRの取り組みについてご理解をいただき、地域における活動等にご協力をいただきますよう、よろしくお願いいたします。

Ⅱ CSRを支える3つの価値 Ⅱ

お客様、地球環境・地域社会に対する社会的価値の増大

近年は台風などの災害が多く、NTT西日本グループの通信設備にも甚大な被害がありました。他エリアからの広域応援も得て早期に復旧することができましたが、被災者の安全確認の災害伝言ダイヤルは、特に災害の多かったH16年度西日本エリアでは約12万件もの利用があるなど、ライフラインとしての安定的に通信サービスを提供することの責務の大きさを改めて強く認識しました。

また、NTT西日本グループが推進するブロードバンド・ユビキタスの技術は、産業構造や国民生活を変革する力を持っています。例えば、過疎化や高齢化などの問題を抱えている地域社会に対して、光IPサービスの活用で問題を解決し、地域を活性化するなど貢献ができると考えています。

さらに、環境負荷の削減もNTT西日本グループの責務の一つです。2005年2月に京都議定書が発効し、CO2排出削減は急務の課題となっていますが、電話網からインターネット網への急激な構造変革により、NTT西日本グループのCO2排出量は微増傾向にあります。NTTグループ各社とともに省電力化施策を強力に推進する一方で、情報流通サービスを活用した社会全体の効率的なCO2排出削減にも取り組んでいます。

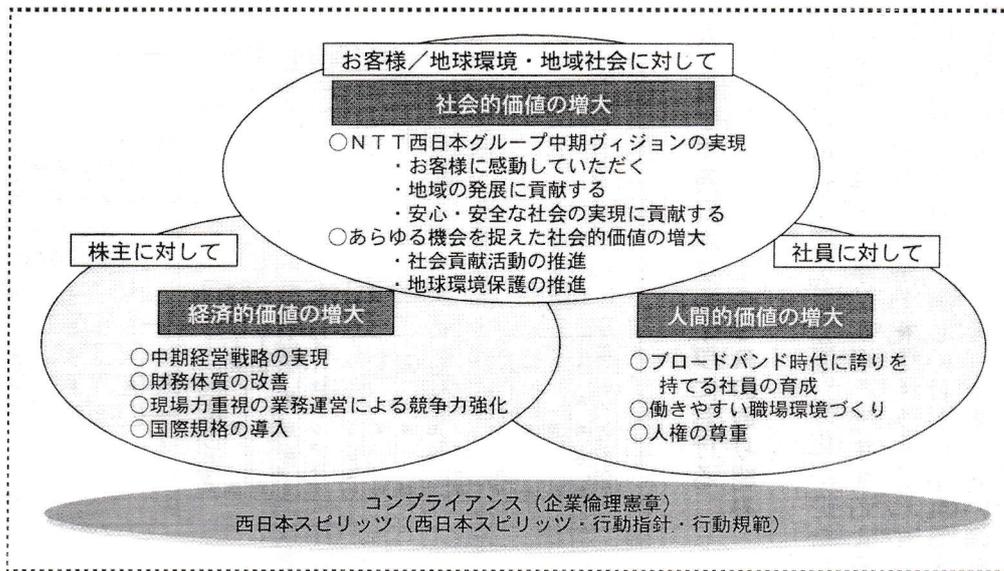
株主に対する経済的価値の増大

企業は事業活動を通して利益を上げ、それを社会に還元することが求められています。また、2010年までに三千万のお客様に次世代ネットワークをご利用いただけることを目標とした、NTTグループ全体の「中期経営戦略」の実現、財務体質の改善などを進め、株主に対する経済的な価値を高めていきます。

社員に対する人間的価値の増大

社員と積極的にコミュニケーションをとりながら、研修制度の充実や働きやすい職場環

境づくり、人権の尊重に注力し、ブロードバンド時代に自信と誇りを持てる社員を育成していきます。



地方本部からのお知らせ

☆ 電友会本部

第35回理事会・第17回評議員会開催

七月七日、銀座ラフィナートで第35回理事会が開催され、栗田本部長が出席しました。主な議題は

- ① 第17回評議員会議案の審議(役員を選任、平成17年度事業報告・収支計画、平成18年度事業計画・収支予算書)
- ② 平成17年度ボランティア活動賞関係行事
- ③ 今後の常任理事会・理事会の予定等でした。

また、引き続き開催された第17回評議員会には栗田本部長のほか、四国からの評議員二名(首藤 隆さん、農本芳正さん)が出席しました。

主な議題は

- ① 平成17年度事業報告・収支計算書
 - ② H18年度事業計画・収支予算書
 - ③ 役員の選任等
- であり、それぞれ承認・決定されました。

支部だより

☆ 「全日本小学生ソフトテニス選手権大会」で高知電友会会員がCSR

(高知)

梅雨が漸く明けた七月二十七日からの4日間、高知県立春野運動公園で「全日本小学生

ソフトテニス選手権大会」が開催された。高知電友会の安養寺幹事は、高知県ソフトテニス連盟の副会長であり、今大会の運営でも重要な大役に携わっていたので、電友会でもお手伝い出来ることがあればと申し出ていた。



ソフトテニス選手権大会」が開催された。高知電友会の安養寺幹事は、高知県ソフトテニス連盟の副会長であり、今大会の運営でも重要な大役に携わっていたので、電友会でもお手伝い出来ることがあればと申し出ていた。

開催者側からもぜひにとの要請もあり、早速近辺の会員にお願いたところ、十六名の方が応じてくれた。ボランティアの内容は開会式初日の公園内駐車場の整理。駐車場は公園内に十四カ所あり約一四〇〇台収容できるが、離れているためトランシーバーで連絡を取りながらの作業である。

小学生の全国大会ということで、家族も一緒に関西は勿論、遠く秋田県、青森県など東北のナンバーをつけた車も続々と入って来た。ボランティアの会員は照りつける高知の炎天の下で真っ黒に日焼けしながら懸命に案内を行った。公園内道路を横断する小学生選手や父兄達私たちが誘導に「ありがとうございます。ご苦労さまです。」とあいさつしてくれました。すがすがしく印象に残った。

下キユメント
生きがいを感じ・人生を楽しむ

＊盆栽との対話を楽しむ＊

山本 拓さん (徳島市)

今回は盆栽に魅せられ約四十一年の山本拓さんをお伺いし、盆栽との関わりと魅力についてお話を聞かせていただきました。

◆盆栽との出会い

四十一年ほど前に友人と植木屋に行き初めて盆栽を見ました。その美しい姿に魅せられ、早速、徳島市主催の市民講座(盆栽)を受講し勉強したのが始まりです。

そこで講師の井上先生に約三年間懇切丁寧な指導受けたことが、今の自分を育てていただいたことと、大変感謝しています。

◆盆栽の魅力

昔から「盆栽は完成のない芸術である。」と言われています。まさにそのとおりだと思います。盆栽は毎日その姿を変えています。大変立派な作品でも、三年も経てば新たな姿となります。ということは、今最高の作品でも更なる発展が未来永劫続くということです。

盆栽には完成品はないのです。絵画・書・彫刻などは作家が手を止め、世間に発表した

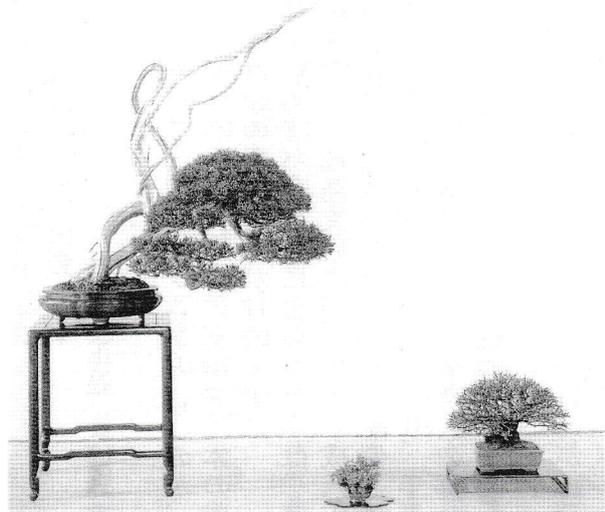
時点で完成品となります。しかし、盆栽には完成品はないのです。

愛し続ければ更なる造形をもたらししてくれます。また、誤って枝をおとしても、そこから新たな姿に変身もします。

これが盆栽界で作家がいけない所以であるうと思えます。しかし、それが盆栽の醍醐味だと思っています。

◆記憶に残る作品

平成八年に東京の上野美術館での「国風展(全国の優良盆栽の展示会)」に作品を展示していただいたことです。この展示会は全国の愛好者が最も望む展示会です。



◀「国風展」での展示作品(3点)▶

まず、「写真審査」を受け、次に「作品審査(出展盆栽)」を受けます。その結果、展示許可のおりた作品のみが出展できる展示会で、その展示作品は写真集として記録されます。大変光栄なことと感謝しています。

◆愛好家としての活動

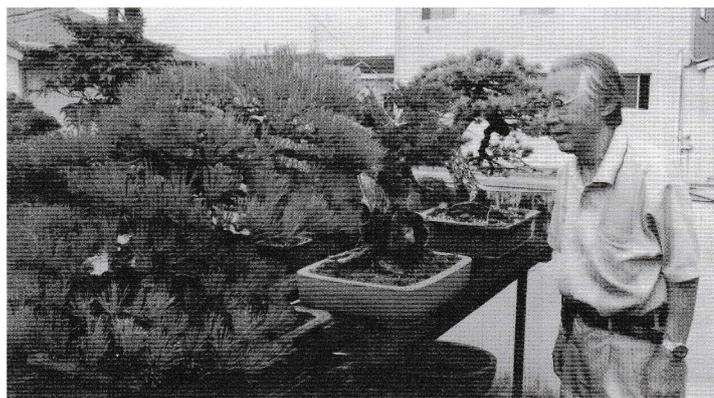
以前は徳島市の「市民講座」の講師もさせていただきました。現在は

一年一回の徳島合同展への出品をしています。また、

ボランティア活動としてNTOB諸氏の盆栽の手入れのお手伝いをさせていただきます。ありがとうございます。

◆盆栽の楽しみ方

大きな盆栽にこだわることはありません。



◀ 盆栽の手入れをする山本さん ▶

片手で持てる小品盆栽や草物でも楽しみ、三〜四年経てば一人前の盆栽に仕上がります。小苗を求め自分なりの感性で仕立てていくのも楽しいものです。

また、自分で作らなくても、展示会や盆栽をしている方の作品を見て楽しむこともできます。

盆栽は年寄りの趣味的に思われますが、最近では、若者や外国人の愛好家が大変増えています。皆さんも盆栽を始めてみませんか。

お話を伺っていると、まさに盆栽師の姿を見せていただきました。今後ともご活躍されますよう期待しています。

(徳島・日出編集委員)

一口メモ



＝国風盆栽展とは＝

第一回国風盆栽展は、昭和9年(1934年)3月、東京府美術館(現在の東京都美術館)で開催された。

国風とは、その国特有の風習、文化(広辞苑)という意味で、盆栽を我が国特有の文化・芸術としてとらえ、第1回展以来、盆栽展名に用いられている。

昭和40年(1965年)、盆栽芸術の向上と普及発展をはかり、日本文化の進展に寄与しようと国風盆栽会を母体とした社団法人「日本盆栽協会」が初代会長に吉田茂・元首相を迎えて設立された。

同協会の設立に伴い、国風盆栽会は解散し、以降、日本盆栽協会が継承し、日本最古の歴史を有する国風盆栽展の伝統を守っている。

M・Mコーナー

* パソコンとの出会い *

井筒 正義 (徳島市)

一にゴルフ、二がパソコンというのが、今の私の生活パターンです。ゴルフは体の・パソコンは頭の老化防止が目的です。

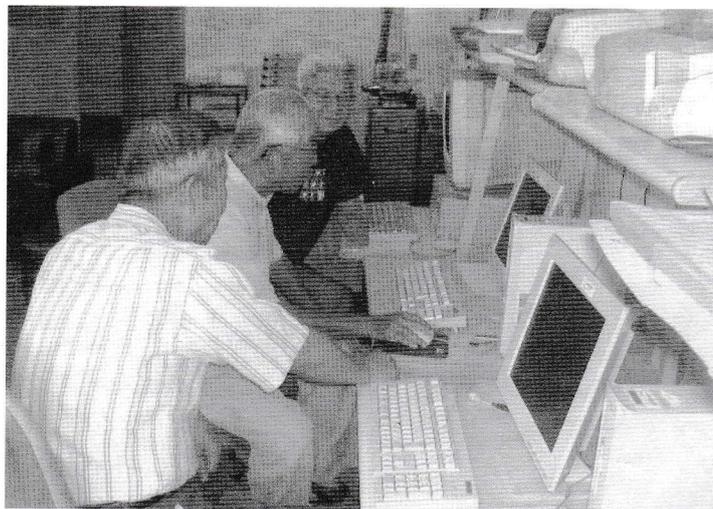
私が初めてパソコンに出会ったのは、第二の職場ドコモ徳島支店に勤務中の平成八年で社員全員に配備されたときです。配備されてから一年近くはパソコンを使うより、手書き文書を作った方が早いので、業務上必要なメールを見る以外はほとんど使っていませんでした。

ところがある日、新入社員のH君が自分の担当に配属され、毎月、彼の研修レポートに上司がコメントを入力し、本社に転送する必要が生じました。さあ大変、文書の作り方を周囲の人に教えてもらったのが実際にパソコンを使った初めといえるでしょう。

これがきっかけとなって以後、平成十一年三月に退職するまで、担当のY嬢の指導を受けながら、手書きよりも早く文書が作れたり、メールが送れるようになりました。

ドコモ退職後は、文書が作れたらいいと思ってワープロを購入し、OBゴルフサークル「八〇会」等の資料作りをしていましたが、N T T 応援グループの徳島県事務局を引き受けたのを機に、パソコンに切り替えました。今の私のパソコン活用術を紹介しますと、インターネットを通じた各種情報収集・Eメ

ールの送受信はもちろん、世話役をしている各種会合の名簿や資料整備、デジカメを使った八〇会のホームページ作成が主ですが、スキャナーを利用した独自の使い方もしていますのでそれを紹介してみます。



《PCミニセミナーの様 (中央:井筒さん)》

まず、アルバムの写真をスキャナーで全てパソコンに取り込み、デジカメ撮影分と併せて項目毎にフォルダを作って編集し、CD・RWにコピー。そしてアルバムを捨てました。次に、各種会合の古い文書をスキャナーでパソコンに取り込み、項目や年度毎に編集してCD・RWにコピー。そして古い文書は破棄しました。

以上のように、生活必需品になっているパソコンですが、使っていると分からないことがたびたび出てきます。自分で色々やってみて、どうしてもダメなときは「徳島パソコン愛好会」のミニセミナーの際に、先生方（山城・日下・平野・豊崎）の指導を受けて技能のレベルアップを図っています。

ボランティア紹介

☆ 日赤奉仕団員として

川田 ユリ子（高松市）

川岡婦人会の活動の一環として日赤奉仕団員としてお手伝いするようになって早くも、9年が過ぎようとしています。

日赤奉仕団は赤十字の博愛と人道の精神に基づき、明るく住みよい社会を築き上げていくために必要な事に奉仕することを目的としたボランティアグループです。

ボランティアの活動は、春の日赤社員募集活動（自治会と一緒に）に始まり、年末の歳末助け合い運動で終わります。

その間、地域の寝たきり高齢者のお宅を訪問し、日赤からのお見舞いの品物を届けたり、讃岐学園（社会福祉法人）の生徒さんの一日里親として、子供達と楽しく一日を過ごしたりもしています。

また、夏の終わり（防災の日前後）には、防災ボランティアとして防災訓練に参加し、

非常食（洗い米と塩水をビニール袋に入れて蒸す）の炊き出しの経験もしました。その結果、スムーズに非常食を作れるようになりました。

平常時の活動としては、一つは高松赤十字病院の受付フロアで機械操作の不慣れな外来患者さんのために「再来機」の操作の手助けをしたり、病院内の受診科への案内などを行っています。

△日赤南新町献血ルーム前の川田さん▽



もう一つは、南新町献血ルームにおいて献血者の受付と案内、また、献血にこられた方々が気持ちよく、安心して献血が出来るよう気配りをする事です。

普段の活動は誰が見てもすぐ分かるような日赤のマークが入ったエプロンをかけ、「お

はようございます」とか「お疲れ様でした」とか、また「大丈夫でしょうか」など、その時々合った言葉をかけ感謝の気持ちを伝えています。

でも、時折これは余計なことをしているのではないとか、邪魔なことをしているのと違うかしらと、いつも不安がよぎります。私だけでなく他の団員に聞いても、皆思いは同じ様です。

しかし、高松赤十字病院において、患者さんから「目が悪いので見えにくいからお願います」とか「年のせいので何回来ても出来ないから頼みますよ」などと、そして「あなたがいてくれて助かりました。ありがとうございます」と言われると、やはり少しはお役に立っているのかなと思ったりします。

また、南新町献血ルームでは、献血に来ていらっしゃる方にラックスしていただけるようお話をしたり、励ましたりしていただけますが、献血者が帰る時に「ご苦労様」「いつも大変ですネ」と逆に励まされると、やっぱり続けなくてはと内心ほっとし、穏やかな気分になります。

私が所属している川岡日赤分団は、病院・献血ルームの両ボランティア会員として16名の入会者を登録し、ボランティア保険にも加入したうえで、毎月交代で頑張っています。

何事も一人では出来ませんが、ボランティアの会員同士がお互いに助け合いつつ、これからは気持ちよく反省もしながら、一日でも長く続けられることを願いながら終わります。



◀ 家庭介護教室での実習 ▶

| (^o^) 家庭介護のコツを学んでみませんか !! | | |
|---|------|-------------------------------|
| 県 別 | 開催場所 | 開 催 日 時 |
| 愛 媛 | 松山市 | 平成18年11月 9日(木) 13:00~16:00 |
| 香 川 | 丸亀市 | 平成18年 9月13日(水) 13:00~16:00 |
| | 高松市 | 平成18年10月26日(木) 13:00~16:00 |
| 徳 島 | 徳島市 | 平成18年 9月15日(金) 13:00~16:00 |
| | | 平成18年12月13日(水) 13:00~16:00 |
| 高 知 | 高知市 | 平成18年 9月14日(木) 13:00~16:00 |
| | | 平成18年12月14日(木) 13:00~16:00 |
| 『お申込み・お問い合わせ』 テルウェル西日本(株)四国支店 厚生福祉サービス営業部 担当 : 岡田 (電話)0120-744400 | | |

テルウェルだより

☆ 平成十八年度

家庭介護教室の開催について

* 介護を受ける人とその家族のために *

テルウェル西日本(株)四国支店では毎年、社会貢献活動の一環として家庭でお年寄りを世話している方、これからお世話する方のために家庭介護教室を開催しています。

平成十八年度第一回目は、さる七月二十七日松山市で開催しましたが、四国四県で各二回、年間八回開催する計画で進めています。高齢化社会がますます進展していく中、家庭介護の知識と合理的で効率的な介護技術の習得は、誰もが避けて通れない時代となつて

きています。自分自身を含め、家族の誰もが寝たきりにならない・させないための日常の知識(座学)から介護やりハビリの方法(実習)など将来介護する、或いはされる身となるかも知れない全ての人に本当に役立つ内容となっております。

現在、お世話の仕方がわからない、上手くお世話が出来るか心配などお悩みの方は、どうぞお気軽にご参加下さい。

ご参加の申込をいただきました方には、詳しい内容をお送りいたします。

- ① 開催日時……次表の通り
- ② 募集人員……各教室 30名
- ③ 受講料……無 料
- ④ 申込締切……定員になり次第締め切り
- ⑤ 実施内容

(講義) 家庭介護の基本・介護保険

・認知症について

(実技) 介護のポイント/排泄介助/食事介助/口腔ケア/身体の清潔/家庭でのリハビリ

※実施内容は教室により、若干異なります。

☆ 『NTT-OB香川介護センター』

総会開催について

さる、七月二十七日、香川県社会福祉総合センターにおいて「NTT-OB香川介護センター」の総会が開催されました。

総会では、平成十七年度の活動報告及び平成十八年度の活動方針(案)について活発な討論が行われた後、原案どおり承認されました。

引き続き香川県介護保険担当者による「介護保険法の改正」をテーマに研修講演会がありました。介護予防の具体的進め方や香川県内における介護の具体的実施例についての講演でしたが、その中で今年四月の介護保険法の改正に伴って、グループホーム等介護事業所では地域住民への情報提供が義務付けられるなど、今まで以上に介護サービス全体の品質向上が求められていることが分かりました。

このような状況を踏まえて、テルウェル四国支店においても、NTT-OB・その家族の皆様の健康に少しでもお役に立てるよう家庭介護教室・健康教室などを計画しています

ので、ぜひご参加をお願いします。

《四国管内の生活支援・介護ボランティア
に関するお問い合わせ先》

- ◇ テルウェル西日本(株) 四国支店
厚生福祉サービスマネジメント営業部
福祉共済担当：岡田
- ◇ 電話(〇八九) 九三四一三七二三

サークル紹介

☆ 古典芸能で楽しみませんか

NTTOB勝謡会

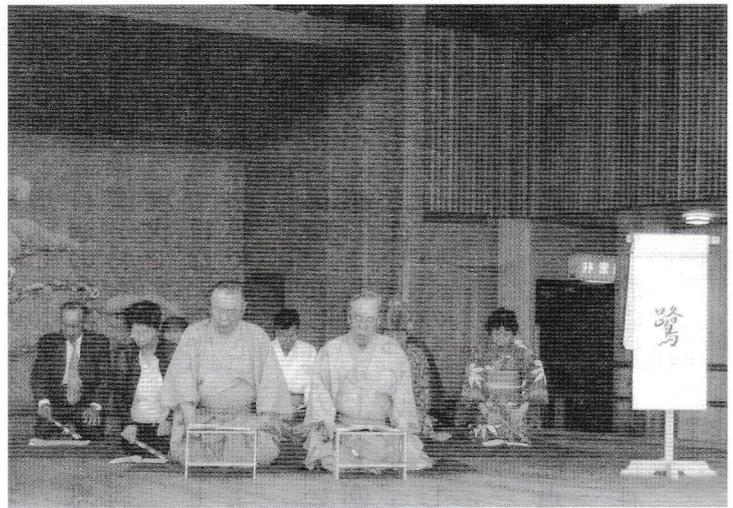
三美孝雄(松山市)

勝謡会が誕生したのは、昭和三十年一月のことで、平成七年に四十周年、そして昨年(平成十七年)五十周年を迎えました。

四十周年には、松山市民会館能楽堂で盛大な記念大会と「勝謡会四十年のあゆみ」と題して、四十年の足跡を取り纏めた記念誌を発行しました。

また、五十周年にも記念大会と「五十周年のあゆみ」を発行しました。

勝謡会がここまで長続きしたのも、まずは良き師に恵まれたこと、そして一方で私たちが不束な後輩・弟子達が「師の訓えやご指導をよりどころに、同好の仲間としての〴〵和み〴〵を忘れず、励まし合いながら進んで好きを楽しんできたこと」だと思います。



《 謡 曲 「鷺」 》

因みに、これまでの五十年間に勝謡会に籍をおかれた方の総数は三四〇名にも上っています。

そして、この間「謡曲・仕舞」の稽古は一度も休まず続けられ、現在も月一回、OBサロンで素謡四組、仕舞二組に分かれて研鑽に努めております。

発表会は年二回、夏の「ゆかた会」新春の「初謡会」を松山市民会館能楽堂で行い、後懇親会を開催して会員相互の親睦を図っております。

また、地域の松山能楽会や愛媛能楽協会にも早くから入会し、今や愛媛能楽会の中でも

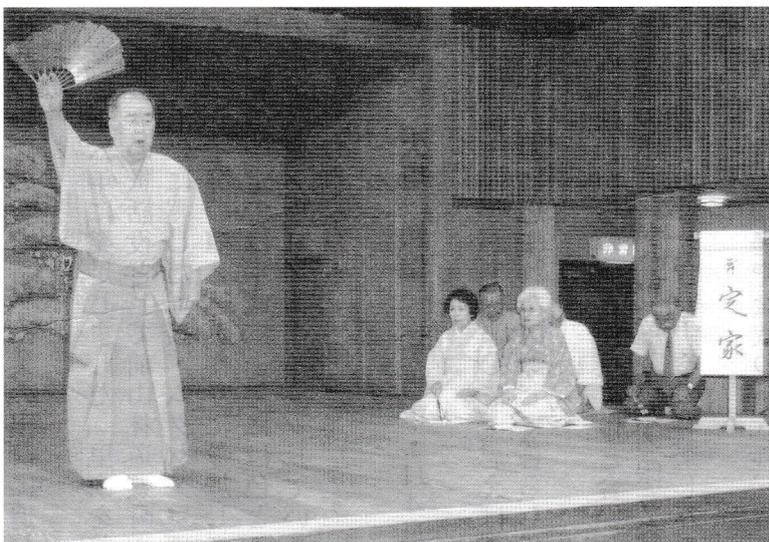
抜群の力量が備わる会の一つとして、能楽祭や薪能などにも積極的に参加し、重要な役割を果たしております。

現在、会員数は二十八名で他のサークルと同様、高齢化による退会、新入会員の減少などこれからの会員増はなかなか難しくところですが、同好のお仲間を一人でも多く増やしながら、引き続き末長い活動を続けて行きたいと思っております。

皆さんのご参加をお待ちしています。

【連絡先】

☎(〇八九) 九五七一〇三四四 三美



《 舞 囃 子 「定家」 》

私 は 今

◇ 天羽 千代 (阿南市・S63退)

平成の大合併と言われる中で阿南市も本年三月二十日、前阿南市十二地域と那賀郡那賀川町と羽ノ浦町との編入合併により十四地域となり、私たち老人のお仲間(阿南セニアクラブ連合会)も約七〇〇名(女性が六割強)となりまして「健康・友愛・奉仕」の目標に向かって前進しております。

退職して少しならしくなっていた頃、近所の役員の方に入会のお誘いを受けた当時を思い出します。その頃五十才後半でした。「炬燵の中の仲良し会」を思い描いていました。お仲間にしていただき、いろいろな会合や催し研修に参加していく中で、そのパワーに驚くばかりでした。

入会から十年余り、私には人と人とのふれあい交流を通じ自己を磨き楽しむ生き甲斐が、掛け替えのない大きな大切な財産になりました。今は身の丈に合わせ、私に出来ることを背伸びせず精一杯、社会への恩返しと思いい、忙しいのを楽しんで出かけております。『ふり返った時 “本当に良かった” と考える人生にしたいと念じております』

◇ 池内 敏明 (松山市・H1退)

皆様にはお変わりございませんか。

私も今年は何年男です。

景気絶頂期の平成元年に退職しましたから、今年は何年目に成りますでしょうか。お陰様で、夫婦共々、自立の人で過ごしています。次第に高齢者には先行き不安の多い時代が続いておりますが、現役の方々のご苦勞を漏れ何うにつけ、贅沢は申せません。N T Tの発展を願いながら、喜寿を目指して頑張っております。お暇の節には「インターネットで遊ぼう会」にもお立ち寄り下さい。

◇ 内田 文雄 (松山市・H7退)

平成七年に退職し、また、第二の職場に約十年勤めこも退職しました。これから悠々自適の生活ができると思っておりますが、体調がおもわしくなく、病院通いを続けている現状です。完治する病気ではないので、これ以上進まないよう食事療法等で維持していけるよう頑張っています。

何をすることも健康でなければならぬという事をつくづく感じました。少しでも回復したら旅行にも行きたいと思っております。また、孫の成長を見守っていくのも楽しみにしています。

◇ 大石 高三 (石井町・S62退)

皆様お元気ですか。お陰様で私も毎日元気に過ごしています。

N T T退職後は農業に従事し、現在では稲作及び野菜の栽培、小松菜の出荷に追われています。

平成十六年に発足しました「里山を美しくする会」の世話役として前山林道(町道一・三軒)沿いに、しだれ桜・ムクゲ・コデマリ・アジサイ等の植え込み作りに参加しています。私の予定では平成二十年には色とりどりの花が咲き、毎日ウォーキングしている人達に喜んでもらえるよう頑張っています。

◇ 大垣 和雄 (美馬市・H4退)

退職後十四年が過ぎまして、思えば素晴らしい世の中に恵まれ、感謝して暮らしています。

近況は昔からの病と仲良く付き合ひし、また地域のボランティアにも出来る限り参加して、皆様とお付き合いするのも楽しみの一つです。昔から趣味は庭や盆栽の手入れ、鑑賞ですが、現在、家族五人と賑やかに、日々楽しくを心掛け過ごしています。最後になりましたが、O Bの皆様のご健勝をお祈り申し上げます、失礼します。

◇ 大西日出夫 (琴平町・H2退)

公民館に携わって七、八年になるだろうか。男女の会話。昨日の今日会った若作り風ご婦人『もう返りよん』『じゃ』ここからが本番、まず二、三十分は大丈夫。

さよならの次にこんにちはの順？
久し振りに会った男ども『元気でしよるか』
『おー』一分かかったか。納得、女性は情報多し。

レーザー付のカラオケ発表、ジャンプなしのバレエ、休みの多いウォーキング、キス一匹千円の釣り。でも、親からいただいた心と体大切に。感謝の念の今日この頃です。

◇ 大森 昭子 (高松市・H2退)

月日の経つのは早いもので、退職時は五十半ば、そして還暦が過ぎ、古稀も過ぎた今は年齢を重ねると共に、足・腰・肩と痛い所が多くなり、ちよっぴり淋しさを感じる今日この頃です。

最近是一年の中、三々四ヶ月は孫達との生活を楽しんでおります。元気なうちに高松を引き上げて一緒に暮らそうと云ってくれていますが、友達とのハイキング、旅行、会食等々を楽しみたいので、まずは健康を第一に考えて生活して行きたいと思っております。
そして、長命でなく長命でありたい!!

◇ 小野 桂子 (高松市・S57退)

暑い夏も乗り越え、ホット一息しているこの頃です。

スポーツジムで筋力トレーニング、ドライブでストレス解消と、一人で遊んでいます。たまには親しい友人と積もる話をしたり、食事をしたり、のんびり時間も過ごしています。

九十才までは元気で、自分一人で何でも出来るようにと、健康に気を付けて一日一日を感謝して暮らしています。

◇ 小野 玉乃 (東温市・H4退)

昨年暮れの主人の葬儀には電友会様からご過分の御香典を頂き、ありがとうございます。遅ればせながらお礼申し上げます。

この八月は新盆で気が紛れています。朝、佛前に供えたお料理は夕方には腐敗、お花は三日で萎れる、慌てて買い物に走るやうです。

主人と共に唄った民謡は三十年、一向に上達無しのまま休んでいましたが、七月から又始めました。もう主人の尺八の音色は耳にできないが…。

努めて外へ出るようにと、娘に促されて今、重い腰を上げたところです。

◇ 勝田 邦明 (徳島市・H4退)

NTTを退職して、まもなく十五年になります。その間、テルウエルで六年間お世話になりました。

退職後は健康第一と毎年人間ドックで検査を受けてきました。幸い今すぐ治療が必要な所もなく、まずは一安心といったところです。

最近は何も動かす機会が少なくなってきましたが、丁度友人に誘われて障害者フライングディスクを習い始めました。全国大会に向けての練習等があれば、お手伝いとして参加しています。これからは健康に留意して心身

ともに元気で過ごしたいと思っています。

◇ 刈谷 幸子 (高知市・H5退)

むかし命の切り売り
いま明日の命におびえ

公僕の務め少々身体の調子悪くとも無理して出勤、完治を待たず仕事に喜びを感じ少しの時間も惜しんだ。能力不足と生き方の不器用さを脇に置き、自分なりの自負心に満足したものだ。

退職して十三年、完治しなかった慢性中耳炎は鼓膜をのけられ遠い耳になってしまった。耳が聞こえなかつたら、すぐドクサク見ると言われても…補聴器をつけたら慢性が災いして余計調子がよろしくない。再手術にはちよつと勇気がいる。

亡母があんたも私の年になったらよく分かると言っていたけれど、すべての面で充分痛いほど感じている。アチラノ世界へ逝ったら真っ先に謝りたい。マアそれまで、今暫く時間を稼いでおこう。

◇ 菊池 希男 (松山市・H3退)

今日も暑い、でも畑(借地約百坪無料)が呼んでいる。

なす、きゅうり等夏野菜を汗を流しながら収穫した後、勢いよく伸びた雑草の一本でも抜いて帰ろうかと思うが、あまりの暑さで、熱中症防止のため(これは自分自身への言い訳)雑草を横目に見ながら我が家へ。

これが最近の日常生活です。

体調は月一回、二カ所の病院と仲良く付き合っています。晩酌のビールがおいしく飲めるので「良」としましょう。

◇ 雉尾 修一 (高松市・H3退)

退職して早や十余年、古稀も過ぎ身体に衰えを痛感するようになりました。

そこで足腰の老化防止にと毎日ウォーキング・ラジオ体操を行っています。また、ゴルフにも精出しています。練習場やコースへ通うほか、家の中で、パターの練習をしています。雑誌ビデオ等のほか、上級者の助言等を参考に試行錯誤を繰り返す中で、新しい発見をしながら楽しんでます。

健康で居られる限り向上心を捨てず、続けていきたいと思っております。

◇ 木内 邦一 (さぬき市・H3退)

職場を退いてからの仕事は、子供の頃から慣れ親しんできた田んぼであれば全て分かっているつもりで、ごく自然に農業に係わってきました。七、八年経った今でも米以外は殆どろくなものはできず、自分の不甲斐なさに気づくばかりでした。

種蒔き、施肥、害虫等の悩みは無論、仕事の仕方が現職の時、土日の休日につき作業していたころの習慣からか「早く作業を済ませよう」という気持ちの方が先行して余計疲労が増す。

その中で十年位前に知人からわけてもらった晩白柚(ザボン・九州産)が一、二年前か

らやつと実がなるようになりました。一個が一・五、二キロなので余り多くはならせませんが、実った実の大きさは、その年月を感じさせます。急がずに作った米以外に数えられるただ一つのものです。

◇ 吉良 晴子 (観音寺市・H4退)

いつの間にか退職して十四年の歳月が流れ古稀も過ぎてしまいました。

一緒に辞めた仲間と月一回軽食を共にし、年一回の小旅行を楽しんでいます。

趣味の花、無農薬野菜を作り、夜一時間の散歩と週一回の太極拳で健康維持に努めております。

平成七年から独居老人のボランティア(月四、五回位)参加し、惚け防止にパソコンに挑戦したり、また、宗教関係の役員に任命され(七十五才の定年まで)何となく多忙な今日この頃です。

◇ 日下 一也 (徳島市・H3退)

人生七十三年を過ぎました。

退職後は色々な手術を受けましたが、今 bodies 補修をしながら、なんとか老年を忘れて過ごしています。

退職後始めた書道や歌謡、歩くことが毎日の日課です。毎月の課題作品や課題曲に追われています。教会関係の日程や役目もあつて、一つ一つにすんなり頭が回ってくれないので困ります。でも年を取ってすることがあり、いろんな出会いに悩んだり、また喜んだりす

ることが老化防止になり、感謝をもって過ごしたいと思っています。皆様のご健康をお祈りします。

◇ 河野 和宜 (砥部町・H4退)

年金生活となつて十四年。

これといった趣味も持ち合わせず、日々追われる仕事もないまま時々孫に付き合ひ、また、かじりかけのパソコンを相手に遊んでもらったり、悠々自適に過ごさせてもらっています。

今年で八十八回を迎えた夏の全国高校野球大会も、十二年後の一〇〇回大会位までは楽しみたいものだなあ。などと思ひながら純真な球児達の熱戦を堪能させてもらいました。最近では先輩・知人の訃報が多く、寂しい限りですが、今少し健康でいたいと思っております。

◇ 坂田 和 (徳島市・H3退)

ジョギングを相変わらずしています。走り出してから二十九年になります。体調は至って元気そのものです。

ボランティア活動では徳島城博物館の展示物の解説や旧徳島城表御殿庭園、徳島城趾等のガイドを四年前からやっています。

趣味の方では社交ダンスを始めて四年になります。女性がリードして踊るのは大変です。最近少し踊れるようになりましたが、まだまだ練習不足です。

残された人生を楽しく過ごします。

◇ 嶋岡 徳 (佐川町・S 58退)

公社退職後、第二の職場であるゴルフ練習場の経営。早いもので、あれから二十三年が過ぎました。

何一つ計画したことがスムーズにいかないなかで、好きで始めた職場だけに、ある時は労働歌・メーデーの歌などを口ずさみながらいまだに現役で頑張っています。

なにはともあれ「健康」が第一です。

私の健康法として、二年半前より「気功」を教わり続けておりますが、なかなか身体が理解してくれません。ゴルフスイングと同じです。そのためか体調は良く、酒がうまいこの頃です。

◇ 新谷 義之 (松山市・H 3退)

日頃はNTTOBサロンかつやまで将棋や囲碁に汗をかいていますが、腕前は現職の時と同レベルで全然進歩はなく、能力の限界を痛感しています。

私の人生道は人から親しまれ愛される人生こそが生きて甲斐と考えていました。

しかし、私は戊年のためか人を見れば尻尾を振ったり、吠えたりの人生活でした。

そこでこの機会をとらえ、人生をプラス志向で人のために役立つよう努めていきたいと再認識しました。

少々遅いかな！

電友会並びに会員の皆様のご発展とご健勝をお祈りします。

◇ 杉本 秀治 (安芸市・H 2退)

平成二年に退職、第二・第三を卒業し、平成十四年十一月から現在、近くの老人ホームで第四の職場として土日祝の日勤と火曜の夜警の仕事をしています。

六十四才の時、毎年十二月に地元で開催のターゲットマラソンに一度でも参加をと、やり始めて今年で連続十年参加の節目です。

また、退職の年から倉敷市で毎年三月開催のツーデーマーチで連続十年参加の記録を達成。

現在、毎年六月開催の春野町あじさいウォークに平成十四年から連続五年参加を終えました。

足が動く限り近くの各種ウォークに挑戦と頑張っています。

◇ 高岡久満代 (愛南町・H 2退)

体力にに応じて野菜作りのかたわら、手芸品の創作に取り組んでいます。なかなか思うようには行きません。

「みのもんださん」の『思いっきりテレビ』や『ためしてガッテン』等のテレビ番組で頭の体操をしながら、日常生活のマンネリ化防止に努めております。

このごろつくづく感じる点は「何をすることも健康第一」ということですね。

◇ 高橋 京子 (いの町・S 63退)

退職して十八年が過ぎました。

九十才の元気な母と野菜作りに励んでおります。

四季折々に変わる小鳥のさえずり、木々の移り変わり、そよ吹く風に心とむ思いです。ボケ防止のため週一回のパソコン教室、書道教室にと楽しく暮らしております。

これからも健康に気を付けて、元気に頑張りたいと思います。

◇ 竹内 信行 (徳島市・H 1退)

昭和とともにNTTを退いて、はや十八年、還暦を過ぎてから誕生日ごとに一つ年を取っていったら、もう四十八歳、今月末の誕生日にまた一つ年を取ると四十七歳になる。

若い頃からの不摂生(喫煙)がたたり、いま肺気腫に悩まされている。

NTTOBのボランティア活動や町内会活動でも体が言うことを聞いてくれず、かけ声ばかりで会員の方々に迷惑をかけている。

これからも年は寄せず、とり続けて、若さで病をはね返し頑張りたい。

◇ 田中 哲 (石井町・H 3退)

光陰矢の如し、年の経つのは早いもので、退職して十五年が過ぎました。

健康には自信のあった私も、五年前に高血圧、高脂血症、腎臓結石と薬のお世話になり、現在、月二日の病院通いです。

退職後は、六十の手習いで、ビデオカメラに興味を覚え、気の向くままに撮影を続けています。OB会や知人との年数回の旅行には

楽しい思い出の記録を残そうと頑張っています。

これからはマイカーで観光を兼ねた西国三十三観音の霊場巡りを考えている今日この頃です。

◇ 谷本 良乃 (八幡浜市・H3退)

私は今、四才児・六才児(小学一年生)の孫を預かっています。四才児は自宅裏の保育園へ通園しています。小学一年生は夏休みの間プールへ行く以外は私といつも一緒です。

最近子供達に対するいろいろな事件があるので、プールの送迎も行っています。

子供も相手が私では退屈している事と思えますが、やむを得ません。

今までは、フォークダンスや俳句や日本画を描いたり忙しい日々でしたが、結構楽しいの時間がなつかしく思い出されて、今の忙しさに振り回されている昨今です

◇ 玉井 隆 (大洲市・H4退)

話題二つ。その一つ、ぼつぼつ人生も西へ傾いて参りますと、三途の川が気にかかります。願わくば、心安らかに渡れる工夫はないものかと、只今、尊厳死について勉強をしております。関心がお有りの方は教えてくださ

い。その二、この夏八月十三日夕方、西の空に茜雲、東には鮮明に主虹、副虹が懸かりました。そのさまの美しいこと、しばし神秘的幽玄の世界に浸りました。どうぞ皆様の身のま

わりにも良いことがたくさんありますよう念じます。

◇ 千葉 弘昭 (高松市・H2退)

NTT卒業後、テルウェル等に勤めていましたが六十五才で辞め、今はボケ防止のため週一回、電友会のパソコン教室に通っています。

また、昨春秋からは地元仏生山町のグラウンドゴルフに週二回通って練習しています。最初と同じであまり上達しませんが、健康のためだと思っががんばっています。

今年の四月から私の居住する団地(一三八戸)の自治会長を押しつけられ、今までお世話になったお返しだと思っ引き受け、何とか自治会の雑務をこなしています。

◇ 千葉美知子 (多度津町・H3退)

古稀もお陰様で元気に通過。食事よりも好きな卓球で週二回汗を流し、大正琴で談笑。子育て支援SCで布絵本、指人形等古布での作品に完成すると欲しくなったりして。

出来る事を出来る時に、心を込めて手伝うボランティア。時折、癒しの旅行を楽しんで。可愛い孫(二十才、六才)五人とのふれあいで元気をもらって年令を忘れ。健康第一で人の気持(傷み)が分かる好齢者として頑張っております。

「 気に入らぬ風もあるうに柳かな 」
感謝

◇ 寺内 政雄 (徳島市・H7退)

現在も娘婿の店で働いていますが、一日三時間程度で、雑用から経理事務全般と言うと、かつこよく聞こえますが、全てパソコン任せで便利な時代になったものです。

決まった時間に出勤することが、少なからずボケ防止に役立っていると思っっています。

その他に週一回の太極拳と散歩を毎日女房と続けています。

これからも、主治医に栄養指導を受けながら元気に過ごしたいと思っっています。

◇ 内藤 正晴 (徳島市・H3退)

この頃、自分自身の体力の低下を自覚する日々ですが、家内からも動作が鈍くなったと指摘されるとやはりショックでしたが、それでも色々ボランティアに励んでいます。

今も自治会の代表(約三〇年)として、東南海地震防災マップ作りに取り組んでいて、偶然、今年の元日の朝、私の昭和南海地震体験談がラジオで放送されました。

テレビの時代、ラジオ放送を耳にされた方は少ないと思っますが、これは二〇〇三年三月に「昭和南海地震体験談に見る徳島の姿と知恵、今の世代そして次世代へ」と云うタイトルで作成され、私も含め多くの方々の体験談が掲載されていますので、近く起きるとさ

れている東南海地震対策の一環として、この小冊子をご覧いただければと思っいます。
また、高齢化社会対応の一つに県・市老人連合会が結成されて今年で五十周年を迎える

にあたり、徳島市で全国大会が十一月に開催される予定で、その準備に私も一員として参加しています。これからも色々な事に興味を持って頑張りたいものです。

◇ 長嶋 功 (高松市・H3退)

車社会と言われ近くのスーパーに行くのもすぐ車、歩くことの少なくなった今ですが、万歩計を腰に付け毎日(台風以外の雨風以外)歩け歩けで一年が過ぎて行くようになって十五年(退職を機会に始めました)。

多い日は一万歩を越え、普通の日で五千〜八千歩となりお陰で六度目の年男もやがて終わり、次は七度目、八度目の年男に向かう今日この頃です。皆様元気で頑張りましょう。

◇ 中平 豊美 (高知市・H7退)

或る日の日記から
午前中はよく晴れていたのに、午後の茶道の稽古に家を出る頃には雲が広がる。
往きはバス、帰りは川沿いの堤防を徒歩で帰宅。

季節毎に変わる草花を楽しみながら、暑さが厳しくない時期は時々このパターン。
夜は7時からのマンション管理組合の理事会に出席。

夕方の天気予報では天気は下り坂。明日は午前中はちぎり絵教室、夕方6時からは文学学校受講の予定なので、降らなければいい。

◇ 新見 道子 (吉野川市・S63退)

退職してから始めたボランティアでお年寄り(同じ世代)の食事を作り、いっしょに食事しながらお話し、又カラオケ等で和気あいあいと楽しい一時を過ごしています。また、同じ頃に始めた銭太鼓も練習を続けています。

老人クラブでも、地域の清掃、餅つき、旅行等に参加して交流を深めています。

島で色々な物無農薬で作られ、新鮮な野菜を食卓に毎回のせています。

こうして好きなことが出来るのも、主人が健康で理解があつてのことと感謝しながら、外へ出ている今日この頃です。

◇ 仁木 孝之 (阿南市・H4退)

第一回現役最後の健康診断で糖尿病を宣告され、六十五才での第二回現役最終の検診で合併症を指摘され、心おきなく退職して八年。地域への恩返しにと役員を皮切りに民生委員、老人福祉のボランティアにと十三年間は二トロ片手に少しは社会に貢献していたが、今年三月の町の合併で失職した行政協力員の名で地域の各家庭への広報等の配付業務を最後に社会への貢献からは一切無縁の人となり、今は、病気との闘い一本(グラウンドゴルフ・ウォーキング)にしぼった毎日です。

◇ 西川 忠男 (徳島市・H2退)

平成二年三月、阿南報話局を退職してから

殆どゴルフに時間を費やしていました。

平成十六年七月に体調を崩し、約六ヶ月間入院治療を続けました。退院後は運動不足と体力向上に興味を兼ねた写真撮影に取り組んでおります。

また、今年四月から先輩の紹介で社会保険センター主催の花と自然と名園めぐり(写真コース)の講座を受講して毎月、屋外講座に参加しております。

写真は未熟ですが、会員の皆さんと名所・旧跡を見学し、楽しく写真撮影ができればよいと思っております。

◇ 西川 晴 (松山市・S62退)

梅雨入りの九州自動車道を小倉↓枕崎↓大分と単車のグループツーリング、走行距離千km。

真夏には、しまなみ海道島しょ部自動車道全線開通と聞けば、同じ単車で走り、行った先々で居酒屋を訪ね地元の人々と楽しい話をしながらの夕食は格別です。

電友会会員のご協力で立ち上げた「OB写真会」も十余年続き、年二回楽しく撮影旅行をして、展覧会も開けるようになりました。篆刻展は二十回余り、グループ展に連続出品したり、家にこもる事なく元氣一杯です。

◇ 野本 英夫 (土佐市・H3退)

二度目の投稿要請がきました。残念ながら正月早々発作が起き受診の結果は心不全との診断を受け、即入院するハメに。

完全な拡張形心不全で、心臓移植以外完治することはないと、の宣告を受けましたが、幸いにも良医に恵まれ、しばらく入院ののち病状も安定を取り戻し、今は自宅に無事帰還しています。

大好きだった晩酌も断たれ、楽しみはこの年になって初めて手にした携帯で孫とのメール交換、またインターネットや古いビデオのDVD化、家の近くの散歩などで日々を過ごしております。

◇ 浜田 大 (佐川町・S63退)

五年前にエンジントラブルで数回の調整を余儀なくされましたが、相変わらず周りの心配をよそに小さな我が道をボチボチと歩いております。

最近、近所の囲碁仲間と囲碁愛好会を立ちあげ、週一回集会所で対局雑談等楽しんでおります。

負けたら多少悔しさが残りますので、しばらくは続きそうです。四十年頃の松山時代にご指導をいただいた囲碁仲間の先輩や友人達を思い出しながら…。

◇ 日和佐廣昭 (西条市・H6退)

野球、テニス、ゴルフ、ソフトバレーと下手ではあるが体育系で生きて七十余年。

この五月に「腰部脊椎管狭窄症(神経性)」の病名を頂いて歩行困難となりました。

只今は川柳、囲碁、ボランテニア花作りと文系?への移行中です。

自転車、自動車に乗れる今のうちに、初勤務地三島でお世話になりました諸兄姉の方々に会いに行きたいと、猛暑でおかしくなった頭の中で考えてみたりしています。

◇ 福島 道子 (徳島市・S61退)

朝夕教会に家族や知人の健康を神様にお参りしてお願ひしています。お参りも四年目に入りましたおかげで、私も元気に過ごしています。

また、お隣の町内会の方と知り合いになり、食事会や旅行のお誘いがたびたびあります。

八月は徳島の阿波踊りが十二日から四日間あり、ボランテニアで十三日、十六日まで朝五時に毎年、お掃除に参加しています。

なにかと忙しくて落ち着く暇もありませんが、今の処、元気でありがたいなと思っております。

◇ 福本 喜範 (徳島市・H5退)

私は退職して十三年が過ぎ去りました。健康には自信を持っておりましたが、年齢を重ねると健康管理は必須条件であると考えて毎年一回、胃・大腸の内視鏡検査を受けていました。

しかし、昨年七月に十二指腸の奥に腫瘍が見つかり、県立中央病院で処置方法を検討したが、内視鏡による切除は難しいとのことでした。

そこで岸和田徳州会病院の全国でもトップレベルの成績を残している医師による内視鏡

切除手術を受けることとなり、昨年十二月七日に行つて、今年二月五日に退院しました。現在は体調も快復し健康に過ごせることに感謝しております。

◇ 堀江 勇 (石井町・S63退)

故あつてゴルフとカラオケは休眠中です。「私は今」インターネットにはまっています。

一つはネット囲碁です。ヤフーゲーム、ハンゲーム、日本棋院ネット対局…とそれぞれに登録して対戦しています。メチャ強いのもいて、負けたり勝ったり…。ちなみに小生は妙齢の女流棋士というふれこみです。アバタ

ーで飛び切りの美人にしています。なんでか? 女性は少数派なので、対戦相手に困らないから…。ホント? コトバは

少々ナヨナヨしても碁の方はネジリ合ひの力戦派ですよ。かかってらっしゃい!!

もう一つはネットオークションです。パソコン代金の回収を目論んで、秘蔵のコレクションを出品したが、手数料倒れでサツパリ駄目! 逆に自分の方がイロイロ買い込む結果に…。

再デビューの日を夢見て、ドライバー、キ

ャディバッグ、靴、ボール、バッグ…と新品がそろいました。「これ欲しい!」と思うと結局高くつくようで、ダメもとで安値で放

つておくと妙に落札したりして…。嬉しかったのは永年の夢であった碁盤が入手出来たことです。碁石も十年來新品のままだったので、縁台クラブで打ち初めをし

ていたかどうかと思っております。

あの世までは持っていけないので、遺言書に「縁台クラブへ寄贈」と書いておこう。

◇ 間崎 誠郎 (高知市・H1退)

窪川局へ赴任した頃、さつきを作っている父兄の人と知り合い、さつきの苗をいただいた。

さつきの花はいろいろと木によって咲き方が違っており、花が咲く頃は大変きれいに美しく咲いてくれます。

今、車庫の屋上を改造して、さつきを並べて楽しんでいきます。

「旭日の泉」「一生の春」「浮雲の月」「華宝」「光華」「好月」「山の光」「紅梅」「緋梅」 etc...

◇ 松田 一朗 (徳島市・H2退)

犬と人間の真剣勝負！

十一才の雄犬(ゴールデンレトリバー)と七十三才の俺どちらが長生きするか。

軍配は後年のお楽しみだワン！！

以上は今年六月地方の夕刊紙に掲載された「うちんくのワンちゃん写真」のコメント

トであり、私の健康生活への呪文でもある。しかし老化の荒波は高血圧、高コレステロールと化し、更には視力、聴力、脳力？の調

和で走る車の運転が苦痛に：。

とは云え、妻との二人三脚の暮らしを継続すべく、共斗にいそしんでいる今日この頃です。

◇ 松原喜一郎 (鳴門市・H4退)

長い間体調を崩しておりましたが、大分回復したので毎日夕方に散歩しております。

田の枕で畦道に腰を掛け、涼しい風に当たりながら作物の成長を眺めることは何よりの心の癒しとなります。

また、散歩の途中で会う人と交わす話も多くの人の人生を知り、勉強になります。

休日によつてくる孫達と遊び、共に食事をすることも楽しみです。

限りある体力でいろいろと多忙な毎日を送っておりますが、健康第一で体の続く限り、生涯現役で一生を送りたいと思っております。

皆様のご健康を祈ります。

◇ 三浦 啓利 (高松市・H3退)

激しい気候の変化にからだがついて行けなくなりつつあります。

少しでも体力の維持を図るべく、早朝のウォーキングと菜園の手入れで毎日約三時間程過ごし、午後は手当たり次第に読書で過ごす毎日です。

時々、小中学時代の友人や先生達十名程が集まり、旧交を温めています。話題の中心は食生活や、健康法で、これも高齢の域に達しつつある者のサガだろうと納得させています。

離れている小三・小一の孫が帰って来れば若さを吸収してやるぞ！

◇ 宮崎 睦子 (松山市・S63退)

届けて下さる会報を拝見し、皆様の活躍ぶりに感心しています。

退職して早くも十八年が経ちました。お陰様で主人共々元気で過ごしています。

体重を減らすように言われて早朝に歩いていますが、マイペースで歩いているせいか減量出来ずにいます。

五年程前から栗山の管理を任されています。慣れない仕事ではありますが、健康のためと思っております。

台風等の被害を受けることもありますが、これからも長く山の世話が出来ることを願っている今日この頃です。

◇ 山路 泰右 (高松市・H2退)

近況報告も二回目となり、次は多分ないのかと思いつつペンを取っております。

去る二月、日赤で大腸内視鏡検査を実施したところポリープを発見、即切除しました。

ポリープには「がん」が見られたため八月上旬再検査を行い異常は無しでしたが、六ヶ月後の精密検査を確約しました。

年を取って良いことといえば、思い出を沢山蓄積していることだと思います。

楽しかった思い出にふけていると、時間を忘れ天国にいる気分になれます。

少しでも幸福を求めて。

◇ 夕部 秋代 (四万十市・H4退)

平成五年に退職後、民生委員児童委員として委嘱を受け、今年で四期目十一年になりました。民生委員活動も年々様変わりしてはいますが「みんな長生き！元気に仲間作り」を合い言葉に地域の人達との交流を楽しんでいます。

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)

俳 句
友佳里句会 (愛媛)

狂ひ蛾の女客にからむ終電車
港町なりし路地裏濃紫陽花
寺の子の伴僧として孟蘭盆会
酒酌みて妻と老ひたり夕端居
唾蟬や露兵の墓地に伊予の情
打ちかけの碁とする月下美人咲き
一木に一木の意気夏旺ん
積丹の果まで海霧の旅重ね
ビヤガーデン方舟のごと宙に浮く

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 好井 平吉 様 | 柳瀬 清吾 様 | 川村 成臣 様 | 近藤 富雄 様 | 山崎 荒行 様 | 寿野 方雄 様 | 山田 藤夫 様 | 渡辺 カツ 様 | 荒井 巖 様 | 佐々木茂義 様 | 政本 武夫 様 | 美馬 高昭 様 | 鍋島 道子 様 | 松本 義男 様 |
| 18 7 9 | 18 7 12 | 18 7 21 | 18 7 28 | 18 7 31 | 18 8 16 | 18 8 27 | 18 7 8 | 18 8 20 | 18 8 23 | 18 9 4 | 18 8 27 | 18 7 3 | 18 7 10 |
| 96 | 86 | 59 | 91 | 97 | 77 | 74 | 99 | 80 | 98 | 78 | 75 | 88 | 91 |
| 松山市 | 松山市 | 松前町 | 松山市 | 松山市 | 松山市 | 松山市 | 丸亀市 | 高松市 | 高松市 | 多度津町 | 徳島市 | 室戸市 | 高知市 |

表紙の言葉

瀬戸内の「だるま夕日」

石元 克周 (松山市)

瀬戸内の神秘的な「だるま夕日」は自然が創り出す壮大な芸術品である。

松山市でも宿毛市に引けをとらない見事な「だるま夕日」を冬場に観ることが出来ますが、内海の島々間に落日する日は限られ、シヤッターチャンスは少なめです。晴天の日の夕景は絶景ですので、一度お試しを。

編集後記

猛暑の夏も終わり、ようやく過ごしやすいく秋の季節を迎えました。とはいえ季節の変わり目です。健康の維持に十分ご留意下さい。

(小澤)

四国電友会会報 第百三十六号
発行 平成十八年十月一日
編集 電友会四国地方本部
松山市一番町四一三
NTT西日本愛媛支店内
電話 (〇八九) 九三六・二〇二三
印刷 株式会社 NTTクオリス