四国電友会会報

《 ラフティング （撮影）高曽根 信義さん（小松島市） 》

第１７５号
平成28年７月

目　次

お知らせ
・第45回四国地方本部総会開催 …… 2
NTTグループの動き
・平成27年度決算概要 …… 4
・NTT四国カンパニーの紹介 …… 5
・門司電気通信レトロ館のリニューアル …… 6
支部だより
・各県支部総会の開催模様
愛媛支部 …… 7
香川支部 …… 8
徳島支部 …… 8
高知支部 …… 9
・NTT今治ビル慰霊碑を清掃（愛媛） …… 10
・第３回趣味の作品展開催（徳島） …… 11
・レクリエーションを兼ねたボランティア（高知） …… 12
・第24回環境クリーン作戦in峰山（高知） …… 13
・米寿、喜寿のみなさん …… 13
・イベント情報 …… 15
ドキュメント
・阿曽沼さんのNPO法人にNTT西日本から車椅子を贈呈（愛媛） …… 17
健康のページ
・燃えてときめいて　心身ともに健康に（高知） …… 18
ボランティア紹介
・過疎地の桃源郷をめざして（高知） …… 19
私は今
・会員のみなさんの近況 …… 20
短歌 …… 27
高齢者叙勲／物故者叙勲／敬弔 …… 28
表紙の言葉 …… 28

お知らせ

★第45回四国地方本部総会の開催

電友会四国地方本部は5月10日㈫、松山市の「東京第一ホテル松山」において、各県支部代議員（45名）が参加し、第45回総会を開催しました。

冒頭、四国の物故会員に対する黙祷を行い、小田本部長の挨拶、ご来賓のＮＴＴ西日本－四国事業本部 三ッ矢本部長と電友会本部 白川事務局長のご祝辞の後、総会の議長に愛媛県支部の星加代議員を選出し、平成27年度事業報告、同収支決算報告及び会計監査報告が行われ、原案どおり承認されました。引き続き、平成28年度事業計画及び同収支予算計画が審議され、次のとおり決定されました。

挨拶をされる
三ッ矢NTT西日本四国事業本部長

■平成28年度四国地方本部事業計画

ＮＴＴグループ各社を取り巻く環境変化及び社会情勢の変化等に対応するため、今後想定される諸課題等を解決しながら、更に活動内容に付加価値をつけ、本部と各県支部と一体となって、諸施策を推進していくこととします。

1. 会員サービスの充実

(1) 会員とのコミュニケーションの充実
①会報手配り時における「声かけ運動」の実施拡大
②現在取り組んでいる会員へのアンケートの充実・拡大
③総会への参加困難会員に対し、地域交流会等の充実

(2) 各種行事・サークル活動への参加し易い環境づくり
①会報・ホームページ等の活用
・支部各地域のイベント情報の掲載
②サークルの活動状況により支援金の増減の調整（支部）
③小旅行等、誰もが気軽に参加出来るレクリエーション行事の推進（支部）

(3) 各種活動に対する顕彰
①従来のボランティア活動の表彰
②地域のＮＰＯ活動等の把握・表彰
③電友会サークル活動等への貢献に対する表彰

(4) 女性会員の活動の活性化
①女性会員の役員起用
②四国女性会議の継続実施・充実

(5) 会員の健康増進等への協力
①日本データ通信協会の試験監督官の手配・実施
②ＮＴＴ無人交換所等の除草の手配

(6) 年会費の自動払込利用の推進
①会員の利便性の向上と経費節減を目的

《総会模様》

に「ゆうちょ銀行」の自動払込の利用推進

2. 会員増強

(1) ＮＴＴグループ退職予定者への入会勧奨の強化

(2) 準会員から正会員への入会勧奨の強化

(3) 本部と連携した会員メリットの施策展開
・人間ドックの割引制導入
・ＮＣＳのリース代金割引制の導入

3. ＮＴＴの諸施策への協力と連携の強化

(1) ＮＴＴにとって価値ある団体の維持
①ＮＴＴ支店長等トップ層への電友会活動状況の定期報告とアピール

(2) ＮＴＴ－ＣＳＲ活動への積極的参加
①ＣＳＲ活動への積極的参加によるＮＴＴブランド向上に寄与

(3) ＮＴＴ事業への協力・支援
①ＮＴＴ事業動向等、情報の電友会会報への掲載等ＰＲに協力
②ＮＴＴ商品の知識習得と販売情報の提供
③ＮＴＴ無人交換所等の除草の手配

4. 財務基盤の強化

(1) 日常のコミュニケーションを充実し、ＮＴＴに対し電友会の存在意義をアピールするとともに、総会開催、会報・会員だより発行等に対する継続支援をお願いする。

(2) グループ各社等のキーマンを訪問し、会報等への広告掲載等をお願いする。

●●●●平成28年度　収支予算書●●●●

（平成２８年４月１日～平成２９年３月３１日）

【収入の部】　（単位：千円）

科　目	予算額	記　事
前期繰越金	674	
分担金収入	900	ＮＴＴから（総会費、会報費）
配付金収入	1,986	運営補助費等
総会収入	150	祝い金
広告収入	2,700	会報への広告掲載、チラシ封入
その他の収入	1,000	公職等調査費等
合　計	7,410	

【支出の部】　（単位：千円）

科　目	予算額	記　事
事業費	1,386	会報発行費、慶弔費等
会議費	2,910	総会費、本部・支部理事会、事務局長会議等
事務費	640	用品費、賃借料、旅費交通費等
運営補助費	450	支部へ（運営補助費）
その他支出	1,500	支部へ（チラシ封入、会員獲得支援等）
次期繰越金	524	
合　計	7,410	

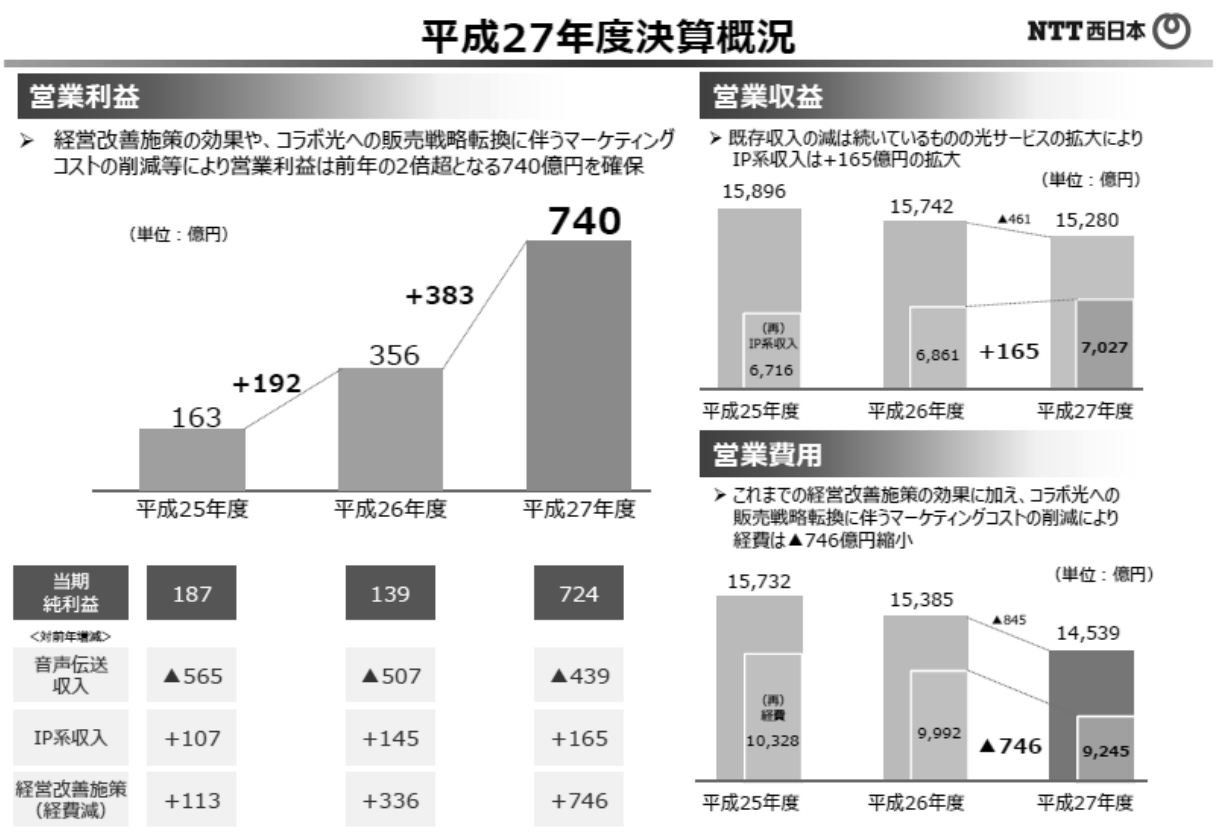
ＮＴＴグループの動き

★平成27年度決算概要

情報通信は、ＩＣＴが高度に利活用されるユビキタスネットワーク社会の形成に向け、社会経済活動の効率化・活性化、国民生活の利便性向上、地方創生等に大きく貢献することが期待されており、官民が一体となってその実現に取り組んでいるところです。また、情報通信市場は、ブロードバンド化・グローバル化の進展、スマートデバイスやソーシャルメディア等の普及により、ニーズや利用形態の高度化・多様化が更に進み、ＩｏＴ／ビッグデータの活用、プラットフォーム型サービスやクラウドサービスの拡大など、市場構造の変化が進展しています。地域通信市場においては、光アクセスやＣＡＴＶを利用したブロードバンドサービスのキャリア間競争に加え、モバイルの高速化によるサービス間競争が進み、固定と移動、通信と放送、更には、多様な無線端末の活用によるサービスの融合が進展するなど、大きく変化してきています。

ＮＴＴ西日本は、厳しくかつ激変する事業環境の中、良質かつ安定的なユニバーサルサービスの提供・維持に努めるとともに、ネットワークの光化・ＩＰ化への円滑なマイグレーションの推進、ブロードバンドサービスの基盤となる光アクセス網の充実など、情報通信市場における信頼性・公共性の確保に努めてまいりました。　また、お客様が〝より快適で安心・安全に〟、〝いつでもどこでも何にでも〟つながるブロードバンド・ユビキタスネットワーク環境の充実を図るとともに、お客様の利用形態に合わせた多様かつ低廉なサービスの提供に努めてまいりました。

平成27年度の営業収益は１兆５、２８０億円（前期比2・９％減）、営業利益は７４０億円(前期比１０７・６％増)、経常利益は６７１億円（前期比１３２・８％増)、当期純利益は７２４億円（前期比４２０・２％増）となりました。



★ＮＴＴ四国カンパニーの紹介

〈会社概要〉

・商号　株式会社エヌ・ティ・ティ ネオメイト
・本社所在地　大阪府大阪市中央区内本町二丁目2番5号
・代表取締役社長　坂口　隆富美
・設立年月日　平成13年10月31日
・資本金　1億円
・従業員　約３９００名（平成28年7月1日現在）

〈支店概要〉

・支店名　株式会社エヌ・ティ・ティ ネオメイト　四国支店
・支店所在地　愛媛県松山市一番町四丁目2番地　ＮＴＴ愛媛支店ビル1棟
・支店長　高谷　正彦
・支店従業員　約１５０名（平成28年7月1日現在）

《高谷支店長》

〈はじめに〉

ＮＴＴネオメイトは平成14年5月1日、ＮＴＴ西日本の構造改革に伴い、設備系会社17社（統括会社含む）で設立されました。平成18年にはこれら17社を統合、新たなＮＴＴネオメイトとして事業運営をスタートし、四国支店は四国エリアの業務を担当する拠点として現在にいたっております。

〈ＮＴＴネオメイトの事業領域〉

◇ネットワーク構築・運営

ＮＴＴ西日本のネットワークサービスを提供するための通信設備を西日本各地域に点在するＮＴＴビル内に構築し、大規模なネットワークをつくっています。また西日本全域の情報通信ネットワークを一元的に監視し、異常発生時には集中監視センタからの遠隔回復措置や現地対応者と連携した装置交換等により、24時間３６５日の通信設備メンテナンスやオペレーションを行っています。

オンサイト業務については作業マニュアルの電子化および、Ｗｅｂカメラやタブレット端末などの配備ならびにリモート監視センタからのサポートによる作業のスマート化を図るなど、リモート中心の業務運営体制への移行を進めています。

これにより、多くの拠点をもつＮＴＴフィールドテクノ社との更なる連携が可能になり、駆けつけ時間の短縮等、早期の故障回復による品質向上やネオメイト・フィールドテクノ両社が一体となったオンサイト業務の効率化の実現をめざしています。

◇セキュリティー

ＮＴＴ西日本のネットワーク構築・運営で培った高度な技術を用いて、サイバー攻撃からＮＴＴ西日本グループの大規模な基幹ネットワークと多彩なサービス、お客さまを守る最先端のセキュリティー対策業務を行っています。

◇クラウドビジネス

・ＤａａＳ（Desktop As A Service）サービス

仮想デスクトップ環境にリモートアクセスすることが可能なクラウドサービス。

ＮＴＴ西日本グループ内の数万台の提供をはじめ、今や日本最大規模のサービス提供者となっています。

・ＩＰコールセンタサービス

国内ＣＴＩ　ＳａａＳ市場においては累計約２４０００席以上の採用と国内では№1＊シェアを誇っています。

＊「ソフトウェアビジネス新市場２０１５年度版上巻ＣＴＩ　ＳａａＳ市場調査」

〈ＮＴＴネオメイト四国支店の役割〉

四国は島嶼部、山間部が多いという地形特徴から無線によるサービス提供を従来から行っており、数多くの設備を有しております。この特徴を活かして構築、運営スキルに加え、研究所と連携した開発受託も行っています。これらの取組みにより、無線系開発維持管理、システム開発等については西日本のみならず、東日本も含めたＮＴＴの無線系業務の要としての役割を果たしています。

また四国は東南海トラフ巨大地震の発生による被害の想定される地域でもあり、皆様に安心と信頼のネットワークを提供すべく災害復旧に備える取り組みを行っております。

ＮＴＴネオメイト四国支店は四国カンパニーの一員として、新ビジョン「ＩＣＴでかなえる『四国創生』」の実現に向けて、①挑戦による創生、②研鑽による創生、③信頼による創生の３つの行動方針に基づいて社員一人ひとりが行動し、お客さまと社員の感動で築く豊かな未来をめざします。

★門司電気通信レトロ館のリニューアルについて

西日本電信電話株式会社では、福岡県北九州市に「門司電気通信レトロ館」を開設し、大正時代に建設された文化的建造物である「逓信省　門司郵便局電話課庁舎」の建物に、明治・大正・昭和・平成と電信・電話を支えてきた設備や、その時代を反映した貴重な史料などを、歴史的遺産として保存・公開してきました。

今回、更なる「電気通信技術への理解促進」および「地域振興への貢献」を目的とし、平成28年5月21日に、一部リニューアルをいたしました。

旅行等で、九州にお越しの際は、是非お立ち寄り下さい。

〈リニューアル概要〉

・電気通信技術への更なる理解促進に向け、展示史料の配置整備および充実化を実施

・地域の皆様との交流スペース等として活用予定の、広さ約80㎡のコミュニティスペースを新設

名称：門司電気通信レトロ館
所在地：福岡県北九州市門司区浜町４番１号
電話番号：０９３－３２１－１１９９
開館時間：9：00～17：00
（入館は16：30まで）
※観覧所要時間は１時間程度
休館日：月曜日（月曜日が祝日の場合は火曜日）、年末年始（12月29日～１月３日）
入館料：無料
ＵＲＬ：http://www.ntt-west.co.jp/kitaQ/moji/
その他：10名以上の団体でお越しの場合は予約要

支部だより

☆各県支部総会の開催模様

▽第55回愛媛電友会総会模様

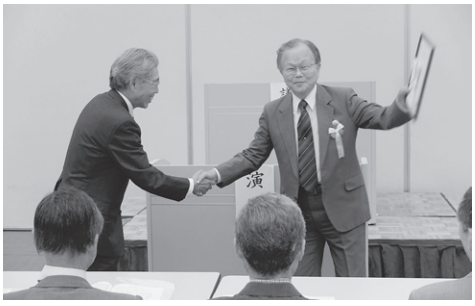
平成28年5月25日㈬、松山市のひめぎんホールにおいて会員２１５名、来賓37名の参加のもと第55回総会を開催しました。

総会は、ご来賓の紹介に始まり、平成27年度に亡くなった方々へ黙祷を捧げた後、小田会長から平成27年度の主だった事業報告と平成28年度から新たな年会費の払込方法としての自動払込を取り入れる等のあいさつがあり、引き続いて、ご来賓を代表してＮＴＴ愛媛支店長の三ッ矢様から平成27年度の事業実施状況と平成28年度の事業目標を「飛躍のステージへ」として３つの柱〈①ビジネス営業部門における利益率重視の事業展開②光サービスの更なるブラッシュアップを行い、コラボサービスとアライアンス営業での安定的収益を目指す③グループ各社の成長ビジネスを今の１・５倍に増やし、ＩＣＴを利用して便利で楽しい「スマート光ライフ」、付加価値の高い「スマート光ビジネス」、快適で豊かな「スマート光タウン」を実現し、世の中に貢献すること〉等についてご挨拶を頂いた後、平成28年に白寿・米寿・喜寿を迎えられる方（対象数：白寿1名・米寿29名・喜寿88名）の中からご出席頂いた方々を代表し、米寿のお祝いを『高須賀明様』に、喜寿のお祝いを『清家勉様』に贈呈し、続いて平成28年度のボランティア活動として【子供見守り隊活動】を平成14年から行っている松山市在住の尾崎哲明様と平成18年から地域の【もったいない推進運動】を行っている今治市在住の山本勇様の２名を表彰し、前年から設けられた電友会活動功労賞として平成13年から電友会パソコン教室の講師とし会員へのパソコンスキル向上に取り組むとともにＩＣＴの普及にも貢献されている松山市在住の武内主計様を表彰し、議事に入りました。

《出席者の皆さん》

《ボランティア表彰の尾崎さん(右)と山本さん(左)》

議事進行は、議長に松野町の行定良友氏を選出した後、平成27年度事業報告と平成27年度収支計算書及び28年度事業計画（案）と平成28年から年会費の新たな納入方法としてゆうちょ銀行の自動払込を取り入れ、会員の利便性と経費削減に寄与する旨の説明と28年度収支予算（案）並びに特別基金について報告・提案が、小野会計監事より平成27年度の収支計算書（一般会計・特別基金）の監査結果について報告があり、満場一致で原案どおり可決・承認され午前の総会は終了しました。


《活動功労賞の武内さん》

午後の懇親会は、小田会長の挨拶の後、ＮＴＴビジネスアソシエ四国支店長の川岸様による乾杯でスタートし和気藹々と楽しい時間を過ごしました。

最後にＮＴＴ労働組合四国総支部・繁木執行委員長による中締めで懇親会のお開きとなりました。参加された方々は1年ぶりの再会を喜び合い、会員相互の親睦と交流を深めると共に相互の情報の共有化も図ることが出来て楽しく別れを惜しみながら帰路につきました。

▽香川電友会第54回総会模様

平成28年5月25日㈬香川電友会第54回総会をレクザムホール・多目的会議室において会員135名が出席して開催しました。

まず物故会員18名に対してご冥福を祈り全員で黙祷ささげました。その後、二川会長の挨拶に続き、来賓の眞塚ＮＴＴ西日本香川支店長からご祝辞を頂戴しました。

引き続き長寿者（白寿3名、米寿35名）のうち出席された米寿9名の方に、二川会長からお祝金の贈呈と、9サークル2ボランティアグループへ援助金を贈呈しました。

その後、議長に高松市の滝口幸夫氏を選出し、平成27年度事業報告・決算報告及び会計監査報告を承認するとともに、平成28年度事業計画(案)並びに収支予算(案)を審議し、原案どおり可決しました。

続いて、恒例となっているオリーブ高松メディカルクリニック（前ＮＴＴ西日本高松診療所・予防医療センタ）福井院長による講演会を実施しました。

講演会終了後は、ＮＴＴグループの来賓を交え、総勢約１６０名により懇親会を行い、和気藹藹と楽しいひと時を過ごし、午後1時過ぎに閉会しました。

《二川会長挨拶》

▽第55回徳島電友会定期総会模様

徳島電友会では、5月24日㈫阿波観光ホテルにおいて会員ら１１２名が出席し、第55回定期総会を開催しました。

総会は、三馬副会長の司会により開会、物故者全員に対する黙祷に始まり、元木会長が挨拶。続いて来賓を代表し藤枝ＮＴＴ徳島支店長からＮＴＴの近況とご祝辞を頂きました。

その後ご来賓の方々（ＮＴＴグループ10名、その他3名、きらら保険、電通共済、ＮＴＴ労組退職者の会）を紹介し、それぞれ自己紹介とＰＲを兼ねたご挨拶を頂きました。

最後に、小田電友会四国地方本部長からご祝辞を頂きました。

その後、27名の新会員を紹介（出席新会員2名）、長寿会員29名の紹介と記念品が贈呈されました。（出席長寿会員7名でした。）

続いて、議長に高橋幸生氏（徳島市）を選出して、議事に入り、平成27年度活動報告・収支報告と会計監査報告が承認され、平成28年度活動計画と収支予算が承認されました。

《元木会長挨拶》

なお、議事の中で会員から『ゆうちょ銀行からの「自動払込」のお願い』でカードでの払込の場合は、手数料が不要となることから今後どのようになるのか？（Ｈ氏）との質問がありました。

従来どおりの支払いも継続しますのでカード支払いも可能ですが、郵便局に毎年行って払込作業が必要となるので、自動払込の場合は、最初の年のみ手続きをすれば、翌年から手続き不要となりますので、ご理解願います。

事務局

《懇親会》

この後、ご来賓・長寿会員等で記念撮影を行い、懇親会に移り土屋ドコモ徳島支店長の乾杯のご発声、ご来賓を交えて会員相互の親睦等（カラオケ・阿波踊り等）と友好のひとときが和やかに行われ、カラオケのトリは、小田四国本部長と阿波美人による「青い山脈」の大合唱で最高潮に達し、名残りを惜しみながら14時旭野相談役の締めの音頭にて散会しました。

♬「青い山脈」
小田本部長&阿波美人一座

▽第55回高知電友会定期総会模様

平成28年度の高知電友会総会を、５月18日㈬に高知商工会館で開催しました。

当日は、会員96名(ここ数年で最高の参加数)が出席、来賓としてＮＴＴ高知支店　有馬義雄支店長、ドコモＣＳ四国高知支店　秋山浩希支店長並びに、ＮＴＴ労組退職者の会高知県支部協議会　國弘昭会長、電友会四国地方本部　依光俊一副本部長、高知電友会楠瀬邦夫顧問　中西正弘顧問のご臨席をいただきました。

総会は山崎副会長の司会で始まり、まず物故会員19名のご冥福を祈り、全員で黙祷を捧げました。

その後、森沢会長の挨拶に続き、来賓のＮＴＴ有馬支店長、ドコモＣＳ四国秋山支店長及びＮＴＴ労組退職者の会高知県支部協議会國弘会長、電友会四国地方本部　依光副本部長からご祝辞を賜りました。

引き続き、新入会員55名の紹介と、長寿者51名（白寿1名、米寿22名、喜寿27名）の祝福が行われ、本総会出席の長寿11名の方々に森沢会長から祝金を贈呈、長寿者を代表して楠瀬邦夫さんから謝辞が述べられました。

《総会会場》

議事は、島本禮碩氏（高知市）を議長に選出、平成27年度の事業報告、収支決算報告及び会計監査報告が承認されました。

続いて、①会員サービスの充実②会員増強③ＮＴＴ諸施策への協力と連携の強化④財務基盤の強化⑤安心・安全施策の推進会員サービスの充実等を重点とした、平成28年度の事業計画（案）、同予算（案）を提案し、原案どおり承認されました。

今年は役員改選期であり、任期満了に伴う会長選出に移り、２期４年間会長の職にあった森沢義宏会長が勇退し、井上淳介氏（いの町）を新会長に選出しました。

引き続き井上新会長から新役員の指名があり、総会を終了しました。

☆新任役員（敬称略）は次のとおりです。

副会長　安養寺宏子（高知市）
幹　事　松丸　純二（高知市）
〃　松本　増男（土佐清水市）
〃　邑田　正次（高知市）
会計監事　畠山　博（高知市）

なお、次の方々は役職を辞任されました。永い間のご功労に感謝いたします。

☆退任される役員（敬称略）は次のとおり。

副会長　山崎　禎子（高知市）
幹　事　大野　文平（四国、高知会報編集委員／高知市）
〃　小川　憲一（土佐清水市）
〃　塩見　典幸（土佐市）
〃　長崎　達生（事務局・会計担当／高知市）
〃　宮本潤一郎（元、事務局長・副会長／高知市）
会計監事　竹下　遊亀（高知市）

但し、森沢義宏前会長は顧問として、山崎禎子前副会長は幹事として、引き続き高知電友会のために、お世話をしていただくことになりました。

総会終了後は、NTTグループ各社並びにNTT労組関係幹部、近藤市議他、来賓の方々を交えた総勢109名による懇親会を開催し、和やかに旧交を温め、かつ有意義に総会ならびに懇親会を終了しました。

《懇親会模様》

☆NTT今治ビル慰霊碑を清掃（愛媛電友会）

4月18日㈪、電友会会員を中心とした13人がNTT今治ビル敷地内にある慰霊碑周辺の清掃を行いました。

この活動は昭和61年にNTT今治OB3人がOB有志に声をかけて始めたもので、以来30年に亘り継続されており、今年も4月26日㈫の慰霊祭を前に実施しました。

午前8時30分に慰霊碑前に集合、曇り空の下、約1時間30分をかけて慰霊碑周りの割り石等を取り除いての除草、枯葉収集から樹木・植え込みの剪定を行いましたが、雨に当たることも、ケガもなく無事に清掃を終え慰霊祭に備えることができました。

《清掃中の皆さん》

終了後にはNTTビジネスソリューションズ今治営業支店関野支店長から「年2回の樹木剪定に加え、今日も慰霊碑の清掃をしていただきありがとうございました。26日の慰霊祭を前に綺麗にしていただき、戦災

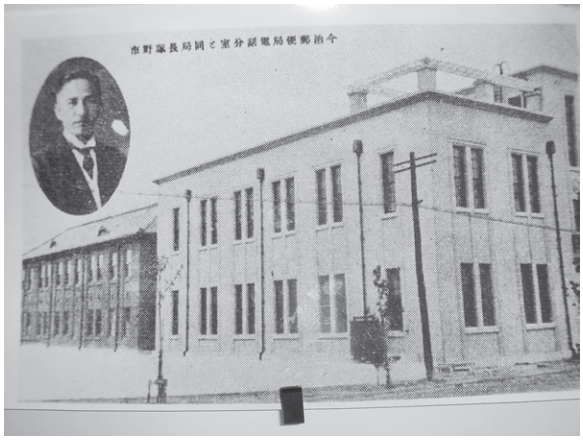
《清掃に参加のみなさん》

で犠牲になった先輩方も喜んでいると思います。これからもよろしくお願いします。」とお礼の言葉をいただきました。

戦後71年になりますが、若くして犠牲になられた先輩方に少しでも喜んでいただくために、この活動を始めた先輩ＯＢの意思を受け継ぎ、今後も続けて行きたいと考えています。

【今治ビルの慰霊祭】

昭和20年４月26日　午前９時20分。海岸方向から侵入してきたＢ29は今治市内に約１２０発の爆弾を投下しました。その内の一発が当時の今治郵便局にあった電話交換室を直撃し、業務に従事していた29人のうち16歳から21歳の女子職員10人の若い命が一瞬にして奪われ、他にも13人の方々が重軽傷を負いました。



《被弾した今治郵便局電話分室（手前の建物）
写真は昭和4年当時》

四国電気通信局（当時）は亡くなった方々の御霊を弔うため、昭和37年２月８日の今治電報電話局舎新築時に敷地内の一角に慰霊碑を建碑し、以降、毎年４月26日前後に慰霊祭を行っており、今年も４月26日にＯＢ・現役社員・関係者約40名が集まり先輩方の安らかな眠りを祈りました。

☆第３回趣味の作品展開催（徳島電友会）

徳島電友会では、３月18日㈮から20日㈰までの３日間、「趣味の作品展」を開催しました。

場所は「あわぎんホール」（徳島市藍場浜２丁目）の３階Ａ展示室。

この作品展は、平成24年から２年ごとに開催しているもので、今年で３回目となりました。

《入口看板》

出展資格は、電友会の会員とその家族、徳島県在住のＮＴＴグループ各社の退職者、社員及び家族です。

出展者数は、98名、出展作品は、洋画・日本画・書道・写真・詩歌・工芸・手芸・生花等で２１０点余りにのぼりました。特に、藤枝徳島支店長の自慢の「愛猫」を撮影した写真の出展を頂きありがとうございました。

力作揃いの作品で埋め尽くされた会場では、久々に再会した会員らが懐かしそうに、あの人にこんな趣味があるとは等語り合いながら鑑賞していました。入場者数は４２８人で、前回とほぼ同様の来場を頂き、その多くの方が「素晴らしい」

《力作に見入る来場者の皆さん》

《茶道「なごみ会」によるお･も･て･な･し》

「凄い」と一様に感心していました。

また、今回は、茶道サークル「なごみ会」から抹茶の接待があり、親睦交流の輪に華を添えて頂きました。

《力作に見入る来場者の皆さん》

☆レクリエーションを兼ねたボランティア　（高知）

ボランティアNTT高知OB会では毎年1回、会員のレクを兼ねたボランティアを実施しています。

今年は、どこまでも広がる太平洋を一望することができ「恋人の聖地」に認定されている「安芸市大山岬の清掃」と、ホウビンタ、ホウライシダなど国の天然記念物でもある暖地性シダが繁茂し、最近脚光を浴びている「安芸市伊尾木洞の散策」を5月20日㈮、高知の会員12名と安芸OB会の会員8名が参加して実施しました。

◆当日は、好天に恵まれ、11時前から約1時間をかけ付近の道路や岩場のゴミを集めました。

・aさん:東部自動車道の一部が開通し、旧国道の交通量が少なくなったためか、弁当類のゴミが少なくなっていた。

・bさん：相変わらず空き缶等の不法投棄が多かった。個々人の意識改革を求めたい。

・cさん：安芸の方が長年続けている大山岬清掃に参加できて良かった。

◆清掃後は、安芸OB会女性部の方々が腕によりをかけて作った、五目寿司や安芸名物「ちりめん丼」等盛りだくさんのお料理でのランチタイム。その味に参加者は大感動。

・dさん：ご婦人がたの手料理の美味しかったこと！これは値打ちものでした。

・eさん：何よりも皆さんの期待は、お昼に食べる弁当でした。

・fさん：安芸のみなさんの手作りの昼食がめちゃめちゃおいしかったよ。

《伊尾木洞》

◆大満腹になったところで観光名所「伊尾木洞」へ移動。観光ボランティアガイドで活躍している安芸OB会の曽我純司さんに洞内を約1時間程度案内してもらい、一同大満足で帰途につきました。

・gさん：神秘な伊尾木洞。シダの群生の中貝の化石も見つけました。それにしても曽我ガイドの資料の豊富さや気配りが素晴らしかったです。

・hさん：規模は小さいが立派な自然遺産ですね。整備次第では有数の観光地に！

（足達裕昭　記）

《大　山　岬》

☆「第25回環境クリーン作戦ｉｎ峰山」のボランティア活動に参加（高知）

５月14日㈯に行われた、ＮＴＴ西日本グループ「２０１６環境クリーン作戦in峰山」にボランティアＮＴＴ高松ＯＢ会（会長：二川俊昭）の皆さん17名がボランティア活動の一環として参加し、市民憩いの場である峰山公園一帯の清掃活動を行いました。

当日は青空の下、「残そう、守ろう、育てよう」をスローガンに清掃活動に心地良い汗を流しました。

ＮＴＴ香川支店が社会貢献と環境保護を目的に毎年行っている恒例行事で、ＮＴＴグループ企業の社員、家族を含む、過去最大の約３３０名が参加しました。

25回目の記念活動となったこの日は参加した子供たちにキャラクターなどをかたどったバルーンアートのプレゼントがあり、参加者はごみ袋を手に持ち、雑草を抜いたり、公園周辺の落葉やゴミを拾い集めたりして、約１時間かけて市民の憩いの場をきれいにしました。

作業終了後に、お楽しみ抽選会で盛り上がった（ＯＢ会の内海豊さんと松永政さんが大当たりしました）あと、香川電友会・二川会長からの「終わりのあいさつ」を以って環境クリーン作戦in峰山の活動を終了しました。

《ボランティアNTT高松OB会の皆さん》

☆長寿者の表彰

各県支部総会に出席された方に、各会長から記念品を贈呈しました。出席されなかった方々には後日郵送させて頂きました。各県支部における長寿表彰者は次の通りです。

○長寿者名簿（敬称略、順不同）

白寿〈愛媛〉１名

菊池　一男

白寿〈香川〉３名

久米　実　　中野千代子　　宮武　久代

白寿〈高知〉１名

橋田　寛一

米寿〈愛媛〉29名

高須賀　明　　寺尾　光男　　燈本　宜義
上田　進　　久岡　一郎　　菅　正義
石田　幸男　　宮崎悌次郎　　松下　正
高本　隆之　　土岐　次夫　　南條　芳男
森　泰子　　井川　大吉　　篠崎　英夫
川口　勇　　白石　孝一　　岩代　昭邦
重松　正郎　　加藤ミドリ　　大橋　雄造
日道　浜子　　有田富治一　　菊池　修三
岡田　秀一　　天野　修二　　新田　松良
高橋　方義　　田中　萬木

米寿〈香川〉35名

青木フミ子　　上田　文雄　　喜田　雄治
武井　花恵　　松宮　正照　　南　勝規
平山　照一　　多田羅ツタヱ　　藤林　勝三
中井　右市　　金清　道保　　箱井　文子
井出　静子　　植松　貞夫　　北川　薫
多田　博男　　真鍋　鈴子　　村川ヒフミ
加藤　昭夫　　近石　蔦夫　　井上　昭信
藤田　恒造　　森　住子　　佐藤　昇資
井上　政子　　小倉　トシ　　久米　忠夫
寺尾　道子　　溝内　節子　　横山ヒサエ
塩崎　国夫　　中川　文子　　新谷　照男
西上ヒサヱ　　上野美代子

米寿〈徳島〉7名

天野　義弘　矢野　勝
島田　修　岡田　敦通
小林トヨノ　藤本　豊文
安芸　保

米寿〈高知〉22名

澤田　淳一　窪田　剛介
元藤　好数　北村　了英
矢野川與賢　楠瀬　邦夫
藤岡　登　西内　和子
増田　進　宮田　憲一
橋田　利子　島崎　史郎
上村千鶴恵　武崎　一夫
大崎　澄夫　佐野　昭生
竹森　勇喜
松田　徳重
楠目昭一郎

喜寿〈愛媛〉88名

八木　重明　黒川　操
清家　勉　森　登紀子
土岐　正　小原　順一
窪田マサ子　遠富　康文
丹　慶一　矢野　樞
村上　光弘　武智　富紀
三好　正博　大塚　良生
白形　長雄　山内　祐光
越智　郁雄　田邊　孝夫
柏　義則　山崎　哲
宇佐美利彦　山本　尚
水口　孝　高市　章
吉見　純一
松本美知子
宮内　豊
鈴木　玲子
高橋　寛
八木　通隆
高須　俊三
前田　照雄
梅田　實
越智　正博
越智　健二
中村　幸作
河田　正利　伊藤　修二
藤田　昇正　山口　正
旭　隼人　河合　雅夫
谷　晃良　林　要
藤田　久隆　岡田三代子
日野　孝子　杉野　原史
武智　寛　西山富士子
田邊松太郎　阿部　滋
土佐　充　高橋　佳子
在間　弘光　三好　正紀
永井　菅子　早瀬　仁視
宮崎　正隆　川上　靖司
鎌田　幸子　森岡　傳
倉田　溜　黒川　英子
兵頭　松恵　木村　昇
乗松　武明　白石　賢次
八木　清隆　中藤　桂
大田　房枝　濱口　倭代
丸関　博　高木　正紀
真柴　毅　的場　貴子
木内　昭雄　豊田美枝子
福野　伸江　永田ミチ子
山城美三子　岡田　芳雄
向井　覚　四宮　康弘
佐伯　健一
矢野　昭和
合田美貴子
山田　通利
越智　順子
森貞　健三
吉川　潔
大原賢次郎
松澤　健
光石　国勝
玉置イズミ
山本由香里
山内　正彦
太田　國博
矢野　孝義
田中　光好
佐藤　順一

喜寿〈徳島〉22名

河野嘉代美　後藤　良江
高木　正紀　中山　孝子
的場　貴子　山田　善章
豊田美枝子　船越　久枝
永田ミチ子　猪本清代子
岡田　芳雄　山下恵津子
四宮　康弘　鎌田　紀子
前垣　清子

喜寿〈高知〉27名

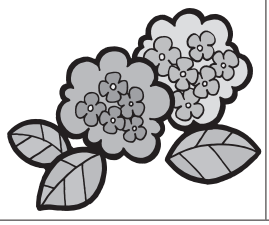
弘瀬　幸男　遠藤　博文
浜口　俊三　矢野　敬也
小原　教介　浜口　政一
町田佐和子　山崎　毬子
武田　章　有沢　仙一
真辺　規夫　中西　正弘
宇賀　久　池上　旭
藤岡　博子　滝沢　竜紀
大塚　一憲　武内　俊雄
野中恵美子
谷脇　智子
岡林　茂文
寺内　峯子
田村　文
上田　章夫
明石　嘉明
河野　隆行
中平　博和

<イベント情報>

■電友会イベント

	7　　月	8　　月	9　　月	第３四半期
愛　　媛	• 親睦ゴルフ実行委員会 • 親睦旅行締切(29日) • 会報175号手配り		• 親睦旅行（25 ～ 27日） • 第7回趣味の作品展会場予約	• 親睦旅行（９月） • 親睦ゴルフ（10月）
香　　川	• 会報175号手配り			• 小旅行(日程等未定)
徳　　島	• 会報175号手配り			
高　　知	• 会報175号郵送			

■地域イベント

	7　　月	8　　月	9　　月	第２四半期
愛　　媛	• 下灘鱧まつり(17日) • 宇和島牛鬼まつり（22 ～ 24日） • 新居浜納涼花火大会（29日） • 宮窪町水軍レース大会（31日）	• 伊予市トライアスロン大会（6日） • 今治「おんまく」祭（６～７日） • 第9回書道パフォーマンス甲子園（7日） • 松山三津浜花火大会（７日） • 第51回松山まつり（12 ～ 14日） • 俳句甲子園全国大会（19 ～ 21日） • トライアスロン中島大会（21日） • 大洲いもだき（8/26 ～ 10/21）	• 第51回子規顕彰全国俳句大会（19日）	• 松山秋祭り（10/7） • 西条まつり • 新居浜太鼓台
	えひめいやしの南予博（3/26～11/20）			
香　　川	• 観音寺銭形まつり（16 ～ 17日） • 豊稔池ゆる抜き（7/中～下旬） • 国営讃岐まんのう公園サマーフェスタ（7/16 ～ 8/31） • 瀬戸内国際芸術祭・夏(7/18 ～ 9/4) • 善通寺まつり（23 ～ 24）	• さかいで大橋まつり（11日） • 第51回さぬき高松祭（12 ～ 14日） • まるがめ婆娑羅祭り（8/20 ～ 21）		• さぬき豊浜ちょうさ祭(10/7 ～ 9) • 宇多津秋まつり（10/下旬）

徳　島	• 阿南夏祭り（7/29 ～ 31日） • 小松島市港まつり（16 ～ 17日） • 大川原高原アジサイ祭（佐那河内村）（７月上旬） • 夏の体験プログラム「ニューヨークアートを満喫」（鳴門市：大塚美術館）（7/22 ～ 9/30） • 消費者庁徳島移転業務遂行試験開始（１か月間）	• エキサイティング・サマー・イン・ワジキ2016（那賀町）（8/13） • 徳島市阿波おどり（12 ～ 15日） • 鳴門市阿波おどり）（9 ～ 11日） • 鴨島町阿波おどり（14 ～ 16日） • 阿波池田阿波おどり（14 ～ 16日）	• 「田中砂灸」（勝野家）（徳島市上八万）（9/22） 	• 宍喰伊勢エビまつり（海陽町）（10/9） • ふるさとカーニバル「阿波の狸まつり」（徳島市）（11/1 ～３日） • 大谷焼窯まつり（鳴門市）（11月中旬） • 犬飼農村舞台公演（徳島市）（11月上旬） • 妖怪まつり（三好市）（11月下旬） • アニメの祭典「マチ★アソビ」Vol17（徳島市）（10月）
高　知	• 奥四万十博（4/10 ～ 12/25））（須崎市、中土佐町四万十町、梼原町、津野町） • しまんと市民祭「なかむら踊り・提灯台パレード」（7/25）四万十市 	• 須崎まつり（5 ～ 7日） • よさこい祭り（9 ～ 12日） • 全国あきない甲子園（8/11）安芸市 • 宇佐港まつり（8/13） • 土佐市大綱まつり（8/21） • 仁淀川国際水切り大会（8/21）いの町仁淀川　波川公園 • 四万十大正鮎まつり（8/21）四万十町大正新橋下川原 • 須崎新子まつり（27 ～ 28日）須崎市桐間	• 久礼八幡宮秋季大祭（14 ～ 15）中土佐町 • 観月会（9/17）津野町吉村虎太郎邸 • ゆすはらグルメまつり（24 ～ 25）梼原町	• 四万十川ウルトラマラソン（10/16） • アーティスト･イン･レジデンス須崎「現代地方譚」須崎市まちかどギャラリー（10/17 ～ 11/1）レジデンス（11/3 ～ 29） • 津野山神楽（10/29 ～ 30）梼原町

●第１７4号のお詫びと訂正●

① 新入会員の紹介で氏名を誤っていました。申し訳ございませんでした。

		（正）		（誤）
【香川】	○	中打　正雄	←	中打　政雄
	○	山下　秀樹	←	山本　秀樹
【高知】	○	坂本　哲祥	←	坂本　哲洋
	○	西谷　安恵	←	西谷　安江

② 長寿番付でお一人漏らしていました。申し訳ございませんでした。

○ 岡本　　進（91歳） 松山市

ドキュメント

☆阿曽沼温良さんのＮＰＯ法人にＮＴＴ西日本から車椅子を贈呈

阿曽沼温良さんは１９９０年に現在のＮＰＯ法人の前身であるボランティア団体を設立して以降、30年近くに亘り、子どもたちの育成活動、福祉、介護のほか、防災・災害支援のボランティア活動を継続しており、２００２年2月には「ＮＰＯ法人今治センター」を設立し、現在も同法人の理事長として活躍されています。

５年前に発生した東日本大震災では毎週末に東北へボランティアを派遣し、ご本人も何回も現地に足を運び復興支援活動を行い、今年４月に発生した熊本地震でも発生直後から現地に赴き瓦礫撤去等のボランティア活動を現在も続けています。

《贈呈式模様》

また、経験を活かした上で南海地震に備えた勉強会を開催するなど、今治市の地域防災の中心として多忙な日々を送られています。

今回、ＮＴＴ西日本から車椅子（2台）が贈呈された「ＮＴＴ西日本ボランティアギフトプログラム」は、社会福祉分野で長期に亘ってボランティア活動を継続している社員を対象に、その活動先の施設等に物品を寄贈するというプログラムです。27年度はＮＴＴ西日本で2件の贈呈がありました。（阿曽沼さんは今年3月末でＮＴＴビジネスソリューションズ今治営業担当をご勇退されましたが、申請時は社員でした。）

多彩な活動のうち、子どもの介護が必要な共稼ぎ家庭や介護で困っている家庭等の子どもを会員の家庭で預かる子育て支援が対象となりました。介護を行うにあたり車椅子による介護が必要な子どもも多いことから車椅子を希望し、ＮＴＴ西日本もボランティアギフトプログラムに値すると判断され贈呈に至りました。

6月27日㈬に「ＮＰＯ法人今治センター」で行われた贈呈式には、三ッ矢愛媛支店長、関野ビジネスソリューションズ今治営業支店長をはじめ、今治営業支店からも社員、ＯＢが参加し贈呈をお祝いしました。

三ッ矢愛媛支店長から「長い間、ボランティア活動にご尽力されご苦労さまです。本日は阿曽沼さんの活動に対し、ＮＴＴ西日本から感謝をこめて車椅子を贈らせていただきますのでご活用ください。本日はおめでとうございました。」とお祝いの言葉とともに、感謝状と車椅子の贈呈を行いました。阿曽沼さんも「ありがとうございます。車椅子はいくつか持ってはいるのですが、このようにリクライニング機能がある車椅子を以前から配備したいと思っていました。ストレッチャーの役割も果たすので介護が必要な子どもたちはもちろんのこと、災害時等にも幅広く活用することができます。本当にありがとうございました。」と喜びの表情で答えていました。

《三ッ矢愛媛支店長から感謝状の贈呈》

なお、阿曽沼さんは熊本でのボランティア活動から贈呈式のために一時帰って来られましたが、またすぐに熊本に引き返し活動を継続されるそうです。

健康のページ

☆　燃えてときめいて　心身ともに健康に

村山　定子さん（高知市）

5月のある日テレビを見ていると村山さんの元気な姿が映し出された。何かのイベント情報番組かなと思って見ていると村山さん自身への取材番組であった。スポーツジムで高齢者が元気にトレーニングしている様子がインタビューと映像で暫く映し出されていました。

これは、電友会報の「健康のページ」の記事にぴったりと思い、早速、村山さんに「見たよ、若くて、美人でかっこよく写っていたよ。」と電話をかけ取材を約束しました。

〈村山さんのお話〉

平成2年に53才で高知支店を退職。理由は二人の娘がちょうど同じ年に里帰り出産をしたいとの希望があり（長女は二人目、次女は初産）これは二人の世話で忙しくなると思い、思いきって退職しました。

二人の子供もそれぞれ無事出産を終え、それぞれの夫のもとに赤ちゃんとともに元気に帰り、さあ自由になった身、時間もたっぷりあるので趣味に没頭する日々が始まりました。

前から続けていた日本舞踊は名取となり若柳智佐人と名前をいただきました。踊りは自宅で教えたり出稽古に出かけたりしました。大きな舞台も踏ませてもらいました。

また俳句も勉強し、楽しく作品作りをしました。俳人は特に高山虚子が大好きで虚子に関する書籍もずいぶん集め、勉強もしました。

このように数年は趣味に没頭する日々が続き平穏な暮らしが続きましたが、平成19年に主人が発病し全てのお稽古事をやめ看病に全力を注ぐようになりました。夫は看病のかいもなくその年に天国に旅立ちました。ものすごく焦燥感にかられ時間もあるので子供たちの所へ長期滞在をしてぶらぶらと過ごしていましたが、人に勧められて詩吟を始めました。腹から声を出す詩吟は気分もすっきりし、いいなと思っていましたがなんとなく楽しくなくなり2年ぐらいで、やめました。

これもまた人に勧められてイオンのスポーツクラブを利用するようになって5年ぐらいになりますが、ほとんど毎日通っています。

何をしているかというとジム、スタジオ、プール。ジムというのはマシンを動かして身体の部位をそれぞれを鍛えるのです。スタジオはフラダンスとかエアロその他マット体操なども出来ます。プロの指導の下に行っています。

今は体調もとっても好調で血圧も血糖値も問題ありません。スポーツ仲間も出来るし浅く楽しく交流が出来ます。食欲も増進。水泳をした日は爆睡です。設備も完備されており汗をかいたら広い浴室が待っています。ドライヤー付きの化粧室もあり不便は何も感じておりません。サウナ岩風呂も完備しています。

私の考える健康とは運動をして身体を鍛えるだけでなく、本当に気の合った友人と語ら

《日本舞踊を披露される村山さん》

い、身体を動かし、知的な事をもすることだと思います。今は大好きなカラオケ、スポーツジム、日舞、俳句と頑張っています。

それぞれ長続きするコツはその事に「燃えてときめくこと」だと私は思っています。「これからも死ぬまでときめき続けて、色んなことに挑戦し続けたい」と元気に語ってくれました。

最後に今まで作った俳句で大変気に入っている三句を紹介していただきました。

水暗く風の野菊を映しおり
東風の街捨てねばならぬ犬抱いて
業平をかけし名札の花菖蒲

佐佗子

インタビューを終えて帰る道すがらこのところぐずぐずしていた天気が雲ひとつない真っ青な青空で気分もすがすがしくなり何をしても三日坊主の私も燃えてときめく何かを見つけよう、これからの時間を大切にしようと思ったことでした。

（取材　高知編集委員　山崎禎子）

ボランティア紹介

☆　過疎地の桃源郷めざして

黒岩　靖夫さん（高知）

私ども高知県中部の中山間地、香南市西川地区は高知県の推進する集落活動センター（地域で支え合い、助け合う仕組みづくり）として、地区の耕作放棄地１００アールに桜２００本、ハナモモ５００本、菜の花５０万本を植えて世話をしています。

今年も3月中旬から3種類の花が一斉に開花し、えも言われぬ美しさを醸し出し正に桃源郷でした。

人口4百人の地区に12千人のお客様を迎えることが出来ました。

また結婚式の前撮りも4組あり笑顔の花も咲きました。

来年も皆さんに喜んで頂ける姿を糧に、出来ることから、皆で楽しみながら、少しずつ進むことをモットーに、還暦・古希は青年部の気持ちで花咲じいさん・ばあさんが元気な花を咲かせるよう頑張ります。

《西川花公園》

※黒岩さんは平成15年退職後、地域の社会教育委員や文化財保護委員を歴任、その行動力と人望を買われ、平成18年からは「西川地区まちづくり協議会」会長、「西川地区公民館」館長として、年間をとおして地域内で各種交流行事を開催し、住民間の交流を図ってきました。

平成25年からは高知県の推進する「集落活動センターを核とした集落維持の仕組みづくり」の一環である「西川地区集落活動センター推進協議会」を発足させ、その会長として様々なモデル事業に先頭に立って取り組んでいます。

その模様はテレビ、新聞等で再三紹介され、県民の注目を集めています。

今後も益々元気でご活躍されますようにと、応援しながら、少しでもお手伝いできたらと思っています。

（編集委員　高橋慶子）

私は今

◇　**青木　久恵**（那賀町　H24年退）

「好きな事は続く、続けば上手になり、上手になれば人に教えることが出来る」まさか趣味で習った日本舞踊を教えるようになるとは。地域の方に頼まれ勇気を出してOK。最近では「三百六十五日の紙飛行機」「お岩木山」を老人会や地域コミュニティで楽しく踊っています。

現在は那賀町の実家で両親と農業を始めた次男との４人暮し。家族に振り回されながらも、踊りや弁当作りのボランティア等自分の時間を大切に。現在黒ニンニク試作中です。幸せになる勇気　byアドラー

◇　**青山　史郎**（鳴門市　H25年退）

退職して3年が経過し、現役時代が懐かしく感じる今日この頃です。

現在は、退職者の会幹事、町内会、寺と地域の世話役をしています。健康状況は毎年のドックを受診し健康管理に努めています。

今回の検査で動脈硬化症と診断され、大好きな酒も隔日休肝日とし、毎日のウォーキングは1万歩の目標を設定し只今実行中です。

また、健歩会、鳴門線路会等各種行事もOB仲間と再開出来るのを楽しみに参加しています。これからも健康を第一に日々過ごしたいと思っています。

◇　**糸川　好一**（高知市　H４年退）

今年の４月で80歳になりました。お陰様で今まで入院等の大きなトラブルはなく過してきました。

しかし、最近病院に行くと「加齢ですね」の一言で終わりです。歳には勝てませんが背筋を伸ばし、もたもたと歩かないようにするためスポーツジムに通っています。

まだ当分は家庭菜園、下手なゴルフと昔の仲間との定例会は続けたいと思います。これからはオマケと思い、急ぐ事無くゆっくり過ごし、晩酌も控え目にし、ボケ防止を図り、家族に迷惑を掛けないよう心がけます。

◇　**井ノ口　和子**（松山市　H22年退）

退職してから早くも6年、母を見送って2年が過ぎ、月日の経つのがあっという間で、毎日忙しいくらいの日々を過ごしています。

健康のためにカーブスへ通い、今年からはOB会でヨガを始めましたが、それにもなかなか行けない状況！趣味は染色、これは更紗染めといって布地を染めたり筆で布に模様を書いて染め上げていくのですが、筆を持つと妙に気持ちが落ち着いて楽しいのです。

また時には友人とランチ・国内外の旅行に出かけ何時逝っても悔いのない生活が理想です。

◇　**上原　昇**（松山市　H16年退）

故郷、高知四万十を脱藩し、関東は埼玉に

しばらく潜んでいましたが、昭和61年ころ密かに四国は伊予の国に降り立ち、その後四国内を転々とし、最後はここ伊予の国に永住の地を確保して20年位になります。

碁を楽しむ上原さん(右)

昨年40数年の宮仕え生活を終え、現在は、健康であることから某所でアルバイト。その傍らで、老後の楽しみとして、体力面をカバーすべく、小さな白球を追いかけ山で芝刈り、年に数回のソフトテニス、また、頭の体操として、囲碁、中国語等に励んでいます。

日々充実とまではいかないものの、自然の流れに身を任せている小生であります。

また、私のモットー「来る者は拒まず、去る者は追わず」で、余生を全うしたいと考えています。

◇　氏原　功　（香南市　H13年退）

現役を退いて15年になります。退職後グループ会社に拾ってもらい60歳まで6年間勤めました。

現在は、高知電友会副会長や自民党高知電気通信支部の役員をしています。趣味は自転車で、毎日（雨の日は除く）のように4～50キロ走っており、道の駅めぐりや季節の移り変わりを楽しんでいます。

また、畑も少しやっていてボランティアや映画鑑賞など毎日忙しく元気に過ごしていますと言いたいところですが、最近は体に多少の不安もあります。

◇　大西　宏　（高松市　H21年退）

高松に帰って5年近くになります。12月で70才になりますが、特段のこともなく、自由に生活を楽しんでいます。

ユーチューブで1960年代の音楽や映画を楽しんだり、たまにゴルフに行ったりの毎日です。母が100才を超え、時々様子伺いに施設を訪問しています。糖尿病、高血圧とそこそこに付き合いながら、千葉在住の息子や広島在住の娘の家族の所に遊びに行ったりしています。

最近は家内と美味しいパン屋探訪を始めました。

◇　大野　文平　（高知市　H22年退）

5月某日夜、首都圏の地震速報をテレビで見ていると「特に何もないので安心を」と息子から久々のメール。まだ職場だが嫁さんも勿論無事とのこと。今春転居したばかりの娘からも「主人はまだ会社、皆何事もなし」と。

子供らの働く丸の内・大手町、そして西新宿の高層ビル群をストリートビューで眺めた。

ふと亡父を想起した。大正時代に、土佐のチベットとも呼ばれた僻村を飛び出し、池袋辺りで学び、教壇に立ったらしい。その子は縁が無かった彼の地で、今、孫達が戦っている。

◇　岡西　侯正　（高知市　H13年退）

早期退職後、病院に勤め始めて14年が経ち、医療については多少詳しくなりましたが、60歳頃から故障箇所が多

くなり、飲みたくもない薬をいろいろ飲んでいます。

体が動くうちにもっと好きな事をしたいと思いつつ、仕事を辞める訳にもいかず、残りの人生をどう過ごすか迷っています。

楽しみは週末の碁会所、時々の釣り、たまにゴルフ等で、毎日1時間の歩行を心掛けています。子供達県外ですので孫に会えるのも年に2～3回、女房と母、猫1匹と暮しています。

◇　沖本　恭一　（高知市　H27年退）

昨年11月に四国通建を退職し、完全フリーとなり、これからの人生?年のためにフランチャイズを娘の近くでということで高知市に決めました。

ささやかな二坪の程度の庭に小石や岩松、岩タバコを置いたり、山芋のムカゴを蒔いたり、おくら等を植えて自己満足しています。

健康については散歩を1時間程度です。たまにゴルフですが今まで以上に苦労していま す。今大変なのは1才の孫の守りです。動き回る、言葉がまだ、目が離せない等大変!疲れますね。健康第一ですね!

◇　尾崎　裕志　（愛南町　H24年退）

退職後実家に帰り4年が過ぎ、「晴耕雨読」をモットーに大病もせず何とか元気に過ごしています。

基本的には午前中だけの畑作業とし、午後からは、ウォーキング・気が向けば晩の肴を求めて魚釣りの日々です。一見、健康的な生活のようですが、夜には昼間消費した以上のカロリーを摂取するためか、体重・腹回りの増大を気にしている毎日です。最近、膝に痛みが出ることが多くなり、真剣にメタボ解消に取り組む事を考えています。

◇　景浦　隆男　（松山市　H17年退）

健康を目的に始めたソフトボール。もう10年が経ちました。その間の骨折5回。今も普通に走る事は出来ない状態ですが、50歳代の若い後輩たちに支えられ、週1回心地良い汗を流しています。

◇　上村　良香　（美馬市　H24年退）

光陰矢の如し・・。退職5年目になります。今は、85才になる母と二人暮らしです。無事定年まで、勤められた事に感謝し、四国八十八ヶ所、西国、中国、北陸三十三観音を巡拝し今年は5回目の、お四国の逆打のお参りをしています。心安まる一時です。

また、3年前から始めた3B体操に魅了され、年甲斐もなく指導者資格を取得し、毎日体を動かし汗を流しています。3B体操のスローガンである「健康で安らかなる心」をモットーに感謝しながら過ごします。

羽賀寺前にて

◇ **神山　典久**（松山市　H27年退）

65歳で退職して1年が過ぎました。

スーツとネクタイはタンスで眠り、通勤用の靴は埃をかぶっています。月曜の朝の憂鬱からは解放されましたが、曜日の感覚は希薄となり、悪戦苦闘した仕事の世界は日々遠くなっています。

退職を機に水泳を始め、ピアノを再開しました。ピアノは40歳の頃、全くの独習でバイエルは修了したのですが、後は停滞状態でした。これからは、死ぬまでの暇つぶしの一つとして水泳、ピアノ、何かをあくせくしていきたいと思います。

◇ **河本　光夫**（高松市　H23年退）

―日の出とともに―

朝の日課として5時半に起きて新聞を取りに行き、30分位新聞に目を通していると家内が起きてきます。家内が台所に居る間に私は、畑の野菜の手入れや水やりをします。園芸店に聞くと朝だけ水やりをしたほうが良いとの事、ちなみに5～6月は午前8時迄、真夏は午前5時迄だそうです。人も植物も日の出とともに活動し日没とともに休むのが良いみたいですね。

私も来年は「後期高齢者」らしいです。自家製の野菜を食べて元気で生きていきます。

◇ **菅　輝昭**（今治市　H27年退）

NTTを退職すると地域の世話役がくると聞いていましたが、まさにそのとおりです。

自治会長・部落総代表・共同テレビ受信施設組合長・公民館教養部長になり、毎日お世話で町内を回っています。

3年連続でヨーロッパ旅行に行って来ましたが、このお世話で好きな海外旅行も行けなくなるのか？次回の海外旅行に行ける日を楽しみに、今までお世話になった地域の皆さんに、お返ししている毎日です。

◇ **木村　久雄**（四国中央市　H24年退）

退職してから早いもので、もう4年が経ちますが、毎月3～4回のゴルフや気が向いた時に家の近くの海岸で小魚釣りをするなど、のんびり、ゆったりの自由気ままな生活を送っています。

ゴルフは練習も含めると今の体力維持に適した運動量のような気がしており、長く続けられればと思っています。欲を言えば一度でいいからホールインワンを達成したいものですが・・・。

◇ **桑原　重樹**（西条市　H16年退）

仕事を辞めてから早や2年が経過しました。幸い健康に恵まれたせいもあり水泳・登山・旅行・歴史探索等退屈することもありません。

最近、人生の残り時間を意識し始めたせい

か友人達と国内旅行をすることが多くなりました。それもただ名所・旧跡を巡るものではなく、旅先の歴史・文化を体感できる醍醐味のある旅行です。田んぼも畑もありますが、それは人任せで残りの人生を大いに楽しみたいと思っています。

私にとっての晴耕雨読はもう少し先のことになりそうです。

赤石山系赤星山付近(H28.5)

◇　**河野　喜代美**（板野町　H6年退）

私の健康法

私の健康法は、「きょういく」です。「教育」ではなく「今日行く」です。

今日は友達と食事会に行く、今日は娘と映画に行く、家族で各種イベントに行く等々。今日も行く所があると言う事が、今の生活には必要且つ大事だと、友は言う。

私も家に引きこもるより外へ出て得る楽しみが日々の幸せの素になっているとの思いもあり「今日行く」を出来る限り心掛けています。

70代後半となり、年を重ねる事の大変さを痛感しています。

◇　**篠原　一夫**（東みよし町　H25年退）

(1)私は、地域のボランティア活動で①東みよし町・交通安全協会員として、通勤・通学路の立哨、及び②三好柔道協会の各種大会運営に協力し、また、(2)私自身の健康面では血糖値管理や、足腰の筋力低下を防ぐため、三好市の池田総合体育館内のジムでウォーキングマシーン等を利用しています。

最後に、(3)娘が大阪のＥＣＣアーティスト専門学校のモデルタレントコースを卒業後、上京し、①広告写真モデル→②劇団員→③昨年９月に女優を目指し、映画「ヒロイン失格」に生徒役で出演しました。

女優を目指す娘さん

◇　**辻　久夫**（高松市　H24年退）

趣味の登山は里山や日本百名山、北・南アルプスの峰々を登っています。山頂に立つと次の山に登りたくなります。熱中症や低体温症になり苦しい体験もします。岩稜帯では落石が落石を起こし岩が崩れたり、小さな雪崩が大規模な雪崩を起こすのを目撃します。

登山は危険と隣り合わせでリスクを承知で登る以上、安全に対して注意深くなります。

私の登山は「自分の身は自分で守る」を胸に体力がある限り続くでしょう。

天狗岳頂上にて

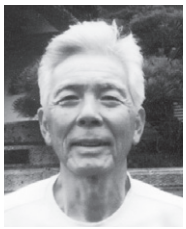
◇　**中島　安行**（松山市　H14年退）

NTTファシリティーズ建築部を3月末に退職し48年間のサラリーマン生活を卒業しました。

電電公社・NTT・退職後13年間第2・第3の職場を無事故で完了出来たことは先輩や職場の同僚に助けられていたからと感謝しています。長い間ありがとうございました。

現在は、痛めていた腰・歯の治療中です。家族との触れ合い、畑・山での草引きや、近所の日尾八幡神社・鷹子素鷲神社の手伝いや旅行も楽しんでいます。

◇　**野本　輝博**（八幡浜市　H26年退）



趣味は盆栽で二百鉢栽培し、松山盆栽会にも入会し、年2回エミフルと八幡浜ミナットで展示会に出品したり、毎週某会社の玄関に展示したりなどの活動をして楽しんでます。

磯釣りも好きで、真鯛を狙って月に2回位行ってますし、もうひとつの楽しみはビールを飲みながら大好きな阪神タイガースの試合を見ることです。そのために、毎日1時間半のウォーキングと、週3回のピンポンで体力を強化し頭と身体を精一杯使って楽しみながら老道を歩んでいるところです。

◇　**橋田　敏朗**（今治市　H17年退）

第2の職場NTTファシリティーズで10年余り勤務し、3月にNTTグループ43年間の勤務を終えました

高校卒業以来疎遠だった今治ですが、早速寺総代、自治会役員、電友会の世話役等を依頼され、地域の方との関係再構築を行っています。

日常は、「少しのんびりとしたいな」というのが本音で、趣味のハオルチア（多肉植物の一種）の育成や、地域の人に教えてもらいながら、自給自足生活?に向けた各種野菜作り等を、ゆっくりとスタートさせたところです。

◇　**畠山　繁太郎**（松山市　H25年退）

黒のリムジンに乗せられるまでは、生涯現役で頑張ろうと思い、①体力②知力③財力の維持向上に励んでいます。

①は平日のジム通い、月に数回の船釣り、②は囲碁に脳をフル回転、③は時々銀玉ゲームに参加していますが大赤字です。以上日々楽しく過しています。

◇　**馬場　政敏**（松山市　H26年退）

完全リタイヤして3年目に入りましたが、元気に過ごしています。

退職後は自身の病院通いの間に、実母の施設介護の対応、義母の自宅介護・葬儀などで毎月高松との間を往復し、あっという間に2年間が過ぎ去りましたが、これらの現

実の課題に直面すると、運転の出来る間に、極力次世代への負担抑制のため空家になった実家の整理等終活の大切さを痛感し、元気なうちに徐々にでも整理出来るものから手を付けていこうと考えている昨今です。

◇ **日開　康純**（徳島市　H25年退）

現在、契約社員3年目です。

平成22年4月に松山から家族を連れて、徳島に帰ってきました。

職場は徳島加入権センタで勤務しています。30年ぶりの徳島での生活は、俳句と読書が大好きな母と愛犬のポッキー（13歳）の4人で楽しく穏やかな日々を過ごしています。

私も完全退職まで1年半となっています。退職後は、長年苦労をかけた妻とゴルフや旅行に連れて行ってあげたいと思っています。

◇ **藤岡　勇**（西条市　H27年退）

体、無理しないこと。昨年、脊柱管狭窄症の手術をしました。足が軽くなりました。

頭が退化しないように。いろいろ教養を付けようと、勉強しています。

◇ **星加　敏雅**（西条市　H27年退）

昨年3月に日公会を退職し1年余りが過ぎました。なんとなくこれからの生活サイクルが見えてきた感じもしています。

「サンデー毎日」がスタートするにあたり、まず最初に行ったことは、自宅の納屋を片づけ自由に遊べる部屋を作りました。最近はここで昔の真空管アンプ等を引っぱり出し、ジャズ、クラシック、ポップス、懐メロ等を暇つぶしに聴いています。

また、この隠れ家は昼寝をしたり、友人のたまり場となったり、夫婦喧嘩をした時などの別居部屋としても利用しています。

◇ **松本　剛一**（高松市　H17年退）

昨年6月「福島に行きたい」と車イスに乗りながら彼は言った。行けるかなと思ったが「船か飛行機で一緒に行こう」と話してその後すぐに逝った。入社以来ずっと近くで仕事し、世話にもなった。ミッキーマウスと誕生日が同じでアメリカのDNLに一緒に行った。一年祭が来るが何と話せば良いのか分からない。思いのある福島に一緒に行けたら良かったナ。

近頃の私、月の半分は電話の相談員、半分はゴルフ、地域防災の手伝い。

神戸港で下船待ち　11トンのデッキ14

◇ **眞部　博文**（宇多津町　H28年退）

今年3月に、定年退職いたしました。昭和45年に電電公社へ入社し、40年以上NTTグループでお世話になりました。

今は、毎朝ウォーキングを宇多津の海岸線でやっています。しばらく充電をし、また、頑張りたいと思っています。その時はまたよろしくお願いします。

◇ **三好　直幸**（松前町　H26年退）

退職後はどう過ごすかが問題だ。と分かっていたが、実際に時間とどう折り合いをつけるか困った。1年余りが過ぎ、やっと自分の空間を埋めることが出来た。

とにかく体を動かしていると安心だ。ウォーキング、山登り、そして定期的に卓球教室とボウリングサークルに通っている。全く生活態様は変えられるもんだとホッーとしている。

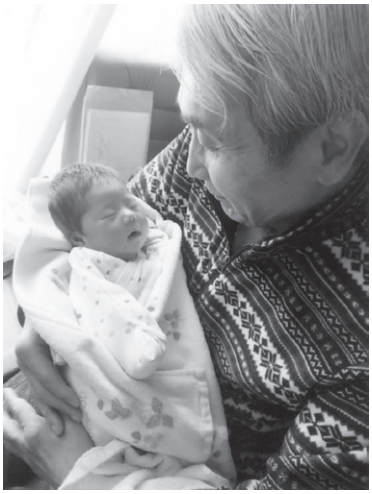
◇ **森山　泰行**（高松市　H24年退）

退職して5年目を迎えました。光陰矢の如しを実感しています。

3月から娘が第2子出産のため里帰り中で、昭和の日に誕生した可愛い女の子の寝顔を見て日々癒されています。

残念ながら膝関節症、屋外で活発に活動出来ないため、スピリチュアルなボランティア活動に参加しています。

今年7月で介護保険の被保険者に該当する歳になりましたが、毎日美味しい食事を準備してくれる優しい妻に迷惑を掛けることのないよう、自分流の健康法を続けて行きたいと考えています。



短歌

高知支部

父の涙

藤近　容子（高知県黒潮町）

初めての父の涙を見たる日よ逝きたる母のなきがらの側

みどりごの桃色の服が物干しに両手広げて風に遊べり

海の上に浮かべる雲は朝の陽に赤く染まりて動くことなし

丸（まる）きものたち

川上　理恵（高知県四万十町）

流れ雲映りていたり七月の丸きガラスのテーブルの上

汽車を待つ若き二人が手をかざす閉店前の丸きストーブ

啄木鳥に打たれる丸太のここちなりＭＲＩに目を閉じおれば

君

高橋　慶子（高知県高知市）

君がいるいつものところに君がいるコーヒー香る今日のはじまり

ルンルンとひとり出かける朝の駅小さく手をふる君を残して

憂いごと　小さく破りし便箋に乗せて飛ばそう夏のはじまり

高齢者叙勲

☆瑞宝双光章　遠藤　雅之　様（松前町）
☆瑞宝双光章　樋口　巧　様（松山市）

栄えある受賞おめでとうございます。
心からお慶び申し上げますとともに、益々のご健勝をお祈りいたします。

物故者叙勲

☆瑞宝双光章　高田　文一　様（東温市）
H28・2・19逝去
☆瑞宝単光章　伊藤　敏行　様（松山市）
H28・2・28逝去

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）
宮岡　計一　様	27・11・15	87	東温市
村上　篤子　様	28・3・22	86	松山市
上田　幸夫　様	28・4・5	88	松山市
明地　正雄　様	28・4・14	93	松山市
重崎　欣也　様	28・4・18	85	松山市
山崎　達夫　様	28・4・28	68	松山市
菊池　修三　様	28・5・18	86	松山市
寺田　忠敬　様	28・5・19	78	松山市
松尾　昌則　様	28・5・27	70	松山市
杉浦　昭洋　様	28・5・29	71	新居浜市
阿部フジコ　様	28・6・4	82	松山市
野本　達也　様	28・6・7	71	松山市
門田　晃　様	28・6・10	93	松山市
（香川県）			
西山　正之　様	27・12・26	87	西予市
大岡　力　様	28・3・27	85	丸亀市
藤村　健　様	28・4・7	84	善通寺市
宮前　明　様	28・4・10	85	三木町
平井　孝昌　様	28・4・23	95	高松市
安藤　房子　様	28・4・26	89	坂出市
本津　峰雪　様	28・5・6	91	高松市
久保田　譲　様	28・5・7	81	丸亀市
（徳島県）			
山田　春雄　様	28・3・30	82	徳島市
工藤　郁夫　様	28・4・2	87	吉野川市
内藤　正晴　様	28・4・3	82	徳島市
小林　宗治　様	28・4・11	77	徳島市
竹内　泰雄　様	28・4・30	88	徳島市
（高知県）			
石川　房子　様	28・4・5	93	高知市
岡本　朗子　様	28・4・18	71	香南市
宮崎　俊雄　様	28・5・12	92	四万十市
細川　安治　様	28・5・30	95	土佐清水市

表紙の言葉

「ラフティング」

三好市山城町を流れる日本一の激流吉野川の大歩危、小歩危をゴムボートで下るというスポーツで、雄大な自然と豊富な水量は、自然の中で遊ぶ楽しさを十分教えてくれる。今や全国的に知られるラフティングの名スポットで、2017年には世界選手権が開催されることが決まり、同大会で総合優勝した女子チーム「ザ・リバーフェイス」も三好市に拠点を置き練習をしています。

この夏、是非納涼を兼ね足を運んでみてはいかがでしょうか！

編集後記

ラフティング、スリル満点で暑さを吹っ飛ばしそうですね。行ってみたいです。
皆さん、熱中症に気を付けてください。

四国電友会会報　第百七五号
発　行　平成二十八年七月
編集責任者　電友会四国地方本部
事務局長　木田　誠剛
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　ドルック

電友会会員の皆様へお知らせ

お問合せは電友会へ

日本カーソリューションズの「リースＤｅマイカー」なら

お得！
- 大量購入による大幅値引きでとてもおトク。
- 車検・税金など全部コミコミでとてもおトク。
- 現在お乗りのお車を高額売却でとてもおトク。

便利！
- リース期間中は税金などのまとまった出費や手間がなく便利。

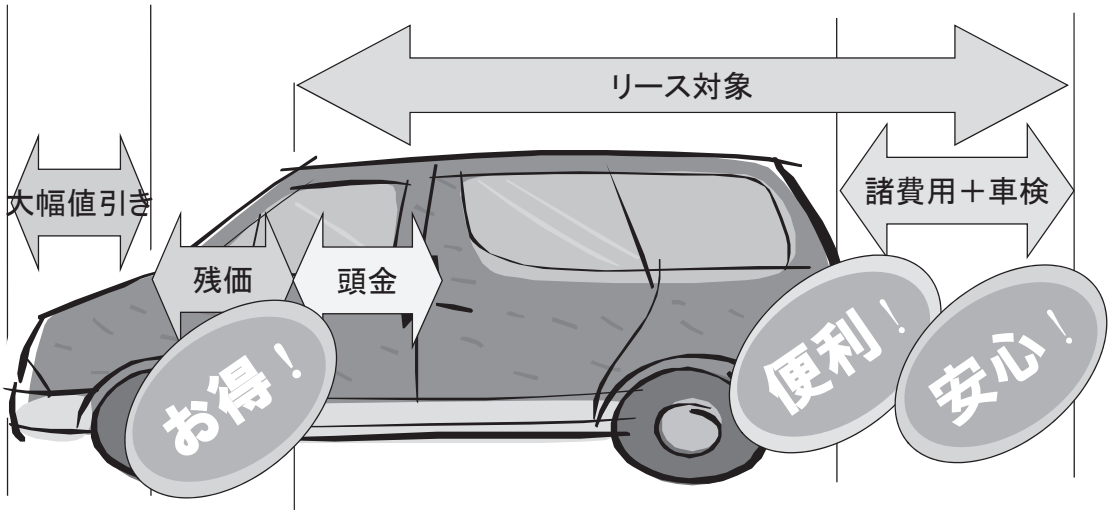
安心！
- 面倒なディーラーとの交渉もお任せください。
- 「らくらく車検」「ミスルくん保証（一年間）」と「JAFロードサービス」で安心です。

月々のお支払いがラク！
リース契約終了時の予想車両販売価格（残価）を差し引いてからリース料を設定するので支払いがラク！

購入と同じ感覚でクルマ選び！
自分のクルマと同じ感覚で色・オプションを自由に選べます！

らくらく車検！
リース期間中の費用のほか車検費用もセットした「らくらく車検」がおすすめ！

いざという時も安心！
「ミスルくん保証」
４輪自動車の新車に限り修理費用１０万円を保証（お客さま負担１万円）
ＪＡＦロードサービスもついています（任意）



NCS 日本カーソリューションズ株式会社

お問い合わせ先：電友会四国地方本部
TEL：０８９－９３６－２０２３

NTTグループ
退職者の皆様へ

NTTグループ団体扱
自動車保険 あんしん太助 なら

現在のノンフリート等級割引率
最大63%割引適用後、
さらに 31.0%*1割引

*1 平成27年11月1日から平成28年10月31日までの始期契約に適用。割引率は団体の損害率などにより毎年見直されます。

●保険料例
【プリウスの場合】

ノンフリート等級による
割増引適用の場合（口座振替）
月々 5,000円
年間 60,000円

あんしん太助なら
20,400円
割安に！

NTTグループ団体扱
割引適用の場合（12回分割）
月々 3,300円
年間 39,600円

●車名：プリウス（型式ZVW30、平成28年7月登録）●お車の用途・車種：自家用普通乗用車●運転者の免許証：ゴールド●年齢条件：35歳以上●記名被保険者年齢区分：60歳以上70歳未満●運転者の範囲：本人・夫婦限定特約有*2●料率クラス：車両5，対人4，対物4，傷害5●車両保険金額：250万円●新車割引有●ECO割引有
【保険料算出条件（平成28年7月1日現在）】〈補償内容〉保険の種類：あんしん太助（トータルアシスト自動車保険）、車両保険：一般条件（免責金額 1回目5万円 2回目以降10万円）、対物・対人：無制限（対物免責金額0円）、人身傷害：3,000万円（車外補償なし）、傷害一時費用不担保特約有 〈その他条件〉払込方法：分割払い、保険期間1年、お車の使用目的：日常・レジャー使用、ノンフリート等級：20等級（63%割引）、事故有係数適用期間：0年
*2 本人・夫婦限定特約は「運転者本人・配偶者限定特約」のペットネームです。

●「あんしん太助」は東京海上日動「トータルアシスト自動車保険（総合自動車保険）」、「TAP（一般自動車保険）」のNTTグループ用販売タイプのペットネームです。
●ご契約いただくことができるのは、日本電信電話（株）及びその系列会社の在職者・退職者の方であり、その他に一定の条件がございます。なお、ご契約にあたっては、必ず「パンフレット兼重要事項説明書」をよくお読みください。団体扱の対象となる方の範囲（契約者・記名被保険者・車両所有者）や団体扱特約失効時の取扱い、ご不明な点等、詳細はきらら保険サービス（株）までお問い合わせください。
●当社は、9社の損害保険会社の委託を受けております。当社は、NTTグループ社員及びご退職者の皆様に対して、取扱件数が多い東京海上日動火災保険を幹事とする団体扱自動車保険「あんしん太助」をご案内する方針です。当社は保険会社のために保険契約締結の代理を行う立場にあります。

【お問い合わせ先・取扱代理店】
NTTグループ総合保険代理店
きらら保険サービス株式会社
四国営業所　〒790-0001 愛媛県松山市一番町4-3 NTT愛媛支店ビル別棟1F

0120-772-560
受付時間 平日 午前9：00～午後5：30
（土曜日・日曜日・祝日はお休みさせていただきます）

＜引受保険会社（幹事）＞
TOKIO MARINE NICHIDO 東京海上日動

16-T13798（平成28年6月作成）