

四国電友会会報

第177号

平成29年1月



《 道後温泉 (撮影)竹内弘征さん(松山市) 》

目次

| | |
|--------------------------------|----|
| 新年のごあいさつ(四国電友会 小田本部長)…………… | 2 |
| 年頭のごあいさつ(NTT西日本 三ツ矢事業本部長)…………… | 3 |
| NTTグループの動き…………… | 3 |
| ・長寿祝金の一部見直しについて…………… | 4 |
| ・NTT-OB交流会の開催について…………… | 4 |
| ・NTT四国カンパニーの紹介…………… | 5 |
| お知らせ…………… | 6 |
| ・第2回四国女性会議開催…………… | 6 |
| ・会費の郵便口座振替実施状況…………… | 7 |
| 支部だより…………… | 8 |
| ・第17回親睦ゴルフ大会を開催(愛媛)…………… | 8 |
| ・平成28年度地域交流会始まる(愛媛)…………… | 8 |
| ・環境クリーン作戦in愛媛に参加(愛媛)…………… | 9 |
| ・NTT愛媛支店本棟ビル外壁修繕工事始まる(愛媛)…………… | 10 |
| ・秋の親睦旅行を楽しむ(香川)…………… | 10 |
| ・福山方面日帰りバス大旅行記(徳島)…………… | 11 |
| ・京都・奈良古都を歩く(高知)…………… | 13 |
| ・NTTグループの環境保全活動に参加…………… | 15 |
| ・協働の森…………… | 15 |
| ・ドコモ四国土佐・いの元気の森」に参加…………… | 15 |
| ・イベント情報…………… | 16 |
| ドキュメント…………… | 15 |
| ・陶芸と私(高知)…………… | 18 |
| ボランティア紹介…………… | 18 |
| ・第26回「電友会ボランティア活動賞」受賞…………… | 19 |
| ・第2回「電友会活動功労章」受賞…………… | 19 |
| ・熊本・大分被災地の皆さん…………… | 19 |
| 「安らかな日々が一日も早く戻りますように 祈」…………… | 19 |
| ・車椅子清掃ボランティア(高知)…………… | 20 |
| ・民謡とハーモニカによる慰問活動(高知)…………… | 21 |
| 私は今…………… | 22 |
| ・会員のみなさんの近況…………… | 22 |
| 俳句…………… | 31 |
| 高齢者叙勲／物故者叙勲／敬弔／表紙の言葉…………… | 32 |



新年のごあいさつ

電友会四国地方本部長 小田 尚見



新年明けましておめでとうございませう。

会員の皆様にはご家族お揃いで良い年をお迎えのことと存じます。

昨年における四国電友会の特徴的な活動としましては、先ず、会員の皆様の利便性向上、及び各県支部事務局業務の効率化、並びにコスト削減を目的に、年会費の「ゆうちょう口座」の自動払込みに取り組みましたところ多数のご協力を頂きました。各県支部における利用率は後記させて頂きませんが、また手続きの出来ていない方は是非ご協力をお願いいたします。

次に会員の施策として、昨年はNTT松山病院、並びにオリブ高松メディカルクリニックのご協力をいただき、電友会会員の人間ドック割引に取り組みました。期間は限定されますが今年も引き続き取り組んでまいりますので是非ご利用願ひ、体調管理に留意され

健康寿命を伸ばして頂きたいと思ひます。

また、昨年四国として初めて取り組みました「女性会議」につきましては、昨年の10名を上回る15名の女性会員に集まって頂き、会員サービスの充実、及び会員増強等について楽しく活発な意見交換を行いました。女性会議につきましては引き続き開催していきたいと考えていますので、新たなメンバーの参加をお待ちしております。

さてNTT西日本グループは、「新成長戦略」として「光サービス900万契約」「ビジネス市場での売上高6,000億円以上、利益300億円以上」を目標に掲げ、着実に成果を上げてこられました。

今後の事業運営は事業環境が大きく変化するなか、新たな中期戦略である「飛躍のステージ」を掲げ、新たな歩みを進めることとなっております。

我々OBとしても、NTTグループと地域のお客様との橋渡し役となって、販売情報や設備に関する情報等を出来る限りお手伝いさせて頂きたいと考えています。

さて、四国電友会の平成29年度の事業活動

につきましては、1.会員サービスの充実、2.組織の活性化と会員増強、3.NTTとの連携強化、4.財務基盤の強化等を軸にして各県支部と連携しながら取り組むこととします。併せて、NTTが推進している「CSR活動」にはチームNTTの一員として社会貢献活動に積極的に参加したいと考えています。

このように電友会の諸活動が益々活発に展開され、会員相互の親睦・交流を深め、NTT事業及び地域社会への貢献にも役立つものと確信しております。

新年を迎えるにあたり、電友会が会員の皆様にとって更に身近で有意義な存在となるよう努めると共に、電友会活動のより円滑な推進について各県役員の皆様共々、一層努力したいと考えておりますので会員皆様の更なるご支援ご協力をお願いいたします。

最後になりましたが、これまで私ども電友会の活動について多大なご支援・ご配慮を頂いているNTTグループ各社様に対し、改めて深く感謝申し上げますと共に会員及びご家族の益々のご健勝、ご多幸を心からお祈りし、新年のご挨拶と致します。

年頭のごあいさつ

西日本電信電話株式会社
四国事業本部長

三ツ矢 高章



新年あけましておめでとうございませう。

四国電友会会員の皆様には良い年を迎えられたこととお喜び申し上げます。

また、旧年中はNTT西日本グループ事業に対する深いご理解とご支援、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

新たな年の始まりにあたり、ひと言、ご挨拶を申し上げます。

NTT西日本グループはこれまで「新成長戦略」として「光サービス（フレッツ光サービス＋光コラボレーションモデル）900万契約」「ビジネス市場での売上高6、000億円以上、利益300億円以上」を目標に掲げ、着実に成果をあげてきました。

今後の事業運営は事業環境が大きく変化するなか、新たな中期戦略である「飛躍のステーション」を掲げ、新たな歩みを進めることと

しました。

第一の柱はビジネス市場における収益力強化です。売上高6、000億規模を継続的に確保しつつ、全社利益の過半を稼ぐ収益の柱に育てなければなりません。

そのためには、「儲かる事業への集中」と「筋肉質な体制への変革」による利益拡大、並びにWi-Fiやクラウド等のICTを活用したスマート光ソリューションの拡大などに取組んでいきます。

第二の柱は光サービスの拡大と利益拡大です。「光コラボ」の導入によりコンシューマ営業部門は大きな転換期を迎えました。

当面は「光900万」契約突破をめざし、ライアンス営業の推進や光コラボレーション事業者の支援強化、フレッツ光をご利用いただいているお客様へのCRM営業の展開などによりお客様を囲い込み、質の高いサービスを効率的に提供していきます。

同時に、Bフレッツや光プレミアム等のマイングレーションが非常に重要な課題となっておりますので全社一丸となって取り組んでいかねばなりません。

第三の柱はNTT西日本グループ会社の成長ビジネス拡大です。

NTT西日本とグループが力を合わせ魅力あるサービスを提供し、営業活動を強化することで、一般市場売上1、500億円と利益の拡大をめざします。

他にも、事業運営の効率化やサービス品質の向上、災害への対応やCSR活動など、事業基盤の強化も徹底して推進していきます。

私たちNTT西日本グループがその挑戦を続けていくためには、環境の変化にいち早く対応し、社員全員が失敗を恐れずチャレンジしていく必要があります。ICTを活用して新たな文化やビジネス、ライフスタイルを様々なパートナーと共に創造していきます。

四国カンパニーは、「ICTでかなえる四国創生」をビジョンとして掲げ、『挑戦による創生』『研鑽による創生』『信頼による創生』の三本柱を行動指針として、事業運営に取り組んでいきます。

また、社員一人ひとりが「自分らしく」活躍できる会社をめざし、NTT西日本四国カンパニーの全社員が一丸となって取り組んでいきますので、四国電友会の会員様にも引き続き厚いご支援をお願いいたします。

今後とも会員の皆様との交流の場をつくり、NTT西日本グループの事業動向等を説明させていただくとともに、貴重なご意見を頂戴しながら、お客様に末永くご愛顧いただけるよう、より良いサービスを提供していきます。

最後になりましたが、四国電友会の更なるご発展と会員皆様、また、皆様のご家族にとって、充実した幸せな一年となることを祈念して、新年の挨拶とさせていただきます。

NTTグループの動き

★長寿祝い金の一部見直しについて

●要 旨

NTT西日本においては、退職者の皆様並びにそのご家族の福祉の増進の一助となすこと及びNTT西日本の事業の動向に対する理解、ご支援を目的に取り組んでいるところで

さて、長寿祝い金（米寿、白寿）については、長寿という慶事に対して、祝意を祝い金

で贈呈させていただいているところでありますが、退職者の皆様に対する感謝や祝意をよりメッセージ性のあるものとして贈呈させていただきました。次の通り見直すことといたしました。

退職者の皆様におかれましては、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

●見直し内容

長寿祝い金の一部を、社長からのメッセージを添えたカタログギフト電報に変更します。

○米寿（満88歳を迎えたお祝い）

現状の長寿祝い金5万円を3万5千円と1万5千円相当のカタログギフト電報

○白寿（満99歳を迎えたお祝い）

現状の長寿祝い金10万円を8万5千円と1万5千円相当のカタログギフト電報

●実施時期

平成29年度対象者より見直すこととします。



《カタログギフト電報》

★NTT-OB交流会の開催について

次の日程で、NTT-OB交流会が開催されます。会員の皆様ごぞって参加願います。

ご案内のハガキが届けきになっていない方は、各県のNTTへご連絡して頂きますようお願いいたします。（案内ハガキの発送は1月中旬旬予定）

| 地域 | 日 時 | 場 所 | NTT連絡先 |
|-----|------------------------------|---------|-----------------------|
| 徳 島 | H29. 2. 21(火) 15:00~17:00 | 阿波観光ホテル | 088-602-1146 河野、近藤 |
| 香 川 | H29. 2. 22(水) 11:00~13:00 | クレメント高松 | 087-833-5400 永田、松原 |
| 高 知 | H29. 2. 22(水) 11:00~13:00 | 三翠園 | 088-802-7151 鳥井、松村 |
| 愛 媛 | H29. 2. 28(火) 13:00~15:00 | いよてつ高島屋 | 089-936-2841 矢野、竹内 |

★NTT四国カンパニーの紹介

〈会社概要〉

・株式会社エヌ・ティ・ティ・ビジネスアソシエ西日本

- ・所在地 大阪府大阪市中央区内本町2丁目2-10 アーバンネット内本町ビル
- ・設立 平成14年4月1日
- ・資本金 4000万円
- ・従業員数 1971名(平成28年6月1日現在)

〈支店概要〉

- ・支店名 株式会社エヌ・ティ・ティ・ビジネスアソシエ西日本 四国支店
- ・所在地 愛媛県松山市一番町四丁目3番地
- ・支店長 川岸 広明
- ・支店従業員数 133名(平成28年6月1日現在)



〈川岸支店長〉

〈はじめに〉

NTTビジネスアソシエ西日本は、NTT西日本グループ各社の給与、総務、福利厚生、経理などの業務をより効率的、かつ安定的に提供しております。

また、NTTグループ以外の会社について

も、BPO(お客様の給与、総務、福利厚生、経理などの業務を継続的に受託すること)を行っており、お客様の期待を超える共通業務のワンストップソリューション企業として、お客様に「喜ばれ」「信頼され」「託され」「なくてはならない」パートナーになることをめざし、あらゆる課題にお応えするため、間接業務全般にわたり、一元的なサービスを提供しています。

〈支店紹介〉

四国支店の体制についてご紹介します。四国4県の県庁所在地に事業所を配置し、愛媛県松山市に給与・厚生業務のシェアードサービスセンタを配置し、約130名のスタッフが業務に従事しております。

NTT四国カンパニーが健全な企業活動を推進していくため、「CSR経営の推進」「安全と健康施策の推進」を基盤に、NTT西日本グループを取り巻く経営環境の変化に柔軟に対応し、更なる「人材育成と人材の最適配置」「利益改善」「高品質・高効率な事業運営の推進」により、四国カンパニー経営に貢献しています。

具体的な取組みとして、四国カンパニー全職場のリスク抽出・安全行動策定・実践を行

うBRM(ビジネスリスクマネジメント)の導入や情報セキュリティ事故・飲酒運転・ハラスメント根絶、また業務上不正防止と法的リスク回避に向けた施策の実施及び安全運転講習会・健康セミナー・メンタルヘルスマネジメントセミナー等を実施しており、四国支店におけるBPOとして、NTTグループ以外のお客様の給与、福利厚生、経理などの業務の受託についても積極的に取り組んでいます。

また、不動産ビジネスとして、設備系会社の拠点集約に伴うリロケーションの実施、コネクタセンター誘致に向けた新貸付スペースの創出などランドデザインの検討と不動産貸付収入の拡大を図っています。

シェアードサービスセンタにおいては、給与過誤ゼロの継続達成やBA西本社と連携した高品質な業務運営を実施しております。更に、今後のNTT西日本グループ会社の成長、ビジネスへの業務シフトを踏まえた人材の適正配置と育成、リーダーズプログラムでのマネージャー向け研修、職場リーダー向け研修、ダイバーシティプログラムでのワーキンググループ活動等の実施で四国カンパニーの横断的な人材育成を行っています。

〈今後の展望〉

「風通しのよい・安全で健康な職場づくり」「CSRの徹底」を基盤とし、「資産を活用した稼ぐ力と社員の知恵を結集させた人材力」でNTT西日本グループの「飛躍のステージ」に貢献し、四国カンパニーのビジョンである「ICTでかなえる四国創生」の一翼を担っていきます。

お知らせ

☆第2回「四国女性会議」開催

平成28年11月18日(金)東京第一ホテル松山において、昨年に引き続き女性会議を開催しました。

当日参加の女性会員は、愛媛5名、香川3名、徳島4名、高知3名の15名でした。主な議題等は、次の通りです。

来年も開催予定ですので、女性の視線から見た四国電友会のあり方等について大いに語り合って頂きたいと思えます。参加された会員の皆様、ご苦勞様でした。

1 出席者 22名

□地方本部



《出席者の皆さん》

小田本部長、依光副本部長、井ノ口理事、木田事務局長

□各県支部

(愛媛)長井副会長、萩森和子、松崎明美、

大西洋子、柳原事務局長

(香川)鎌橋副会長、川根昭代、好村節子、

朝倉事務局長

(徳島)合田副会長、稻井和代、濱 順子、

漆川澄子、勢井事務局長

(高知)安養寺副会長、曾我敦子、

中村美知、田所秀二

2 議 題

(1) 小田本部長あいさつ

昨年に引き続き2回目の女性会議の開催です。女性の視点で電友会に求める事等積極的に議論して頂きたい。

(2) 自己紹介

全員の自己紹介をして頂きました。

(3) 本部女性会議模様について(安養寺、稲井)

本部議事録に基き、本部女性会議に出席した安養寺さんと、稲井さんにポイントを報告して頂きました。

本部の健康についての講話の中で、健康の話が弾み、糖尿病は徳島、香川が全国でも悪い方の1・2位であるらしい。それは徳島は車利用が多く歩かない。香川はうどんを多く食べるので塩分過多が原因であるようだ。

(4) 本部表彰について

11月25日(金)に開催される本部表彰で、四国からは

① 第26回「ボランティア活動賞」

・「もったいない推進運動」

(愛媛 山本 勇)

・「野球道を通じて青少年健全育成と地域貢献」(徳島 十川佳久)

- ② 第2回「電友会活動功労賞」
「電友会会員へのパソコンスキル付与活動」(愛媛 武内 主計)
以上の3名が受賞される事を報告。
(5) 会費の郵便口座振替の実施について(直近データ)
・愛媛 167名
・香川 257名
・徳島 131名
・高知 145名
会報1月号へ掲載し、引き続き加入勧奨していく。
- (6) 四国会報1月号について
原稿の締め切り、会報の納入時期等意識合わせをした。
・人間ドックの割引を昨年に引き続きNTT松山病院、高松オリブクリニックと折衝中。了解を得れば会報で周知する。
- (7) H28年度事務局長会議について
H29・2・10(金)に高松で開催することで決定。
- (8) その他
- ① 退職者説明会における退職者への弁当は、高知が引き続き実施するが他の3支部は止める方向。



《女性会議模様》

愛媛は正会員になった者に対し、1,000円のクオカードを渡す予定。いずれも四国から半額補てんすること意識合わせを行った。
② 平成29年の香川総会は、「あなびきホール」が改装のため9月6日に開催する報告があった。

3 懇親会

来年も女性会議を開催することを約束し散会した。
☆年会費自動払込みの申し込み状況
会報7月号(第175号)でお知らせしました年会費の自動払込みを申請いただいた会員数が、11月末現在で次のとおりとなりました。お申し込みありがとうございました。
なお、今後も引き続き申込手続きは出来まので、ご希望される方はお近くの郵便局で手続きお願いします。

H28.11月末現在

| | 会員数 | 自動払込 会員数 | 自動 払込率 |
|------|--------|-------------|-----------|
| 愛 媛 | 1,620名 | 168名 | 10.4% |
| 香 川 | 1,014名 | 259名 | 25.5% |
| 徳 島 | 715名 | 131名 | 18.3% |
| 高 知 | 885名 | 169名 | 19.1% |
| 四国全体 | 4,234名 | 727名 | 17.2% |

支部だより

☆第17回愛媛電友会親睦ゴルフ大会

愛媛電友会では、平成28年10月28日(金)、参加者84名(男性82名、女性2名)による毎年恒例行事のひとつでもある『親睦ゴルフ大会』をチサンカンントリークラブ北条で開催しました。

当日の天気予報は雨でありましたが、参加者各位の日頃の行動の良さからか、多少の雨になるも、ずぶ濡れには至らない程度で途中棄権することもなく全員が無事にプレーし本開催の目的である会員相互の親睦・交流を深めることが出来ました。

表彰式では小田会長より参加者各位への慰労と次年度の参加のお願いを申し上げ入賞された各位へ商品を授



《ナイスショット!》

与し、最後に本大会で優勝されました松山市の田中靖司様の優勝のあいさつにより第17回親睦ゴルフ大会を終えました。

参加者の皆様お疲れ様でした。次年度は本大会以上に商品を多く用意しますので、知人・友人・職場の仲間等をお誘いし、ご参加されることを祈念します。

本開催にあたり沢山の協賛を頂きました

【上位入賞者等】

| 順位 | 氏名 | アウト | イン | 計 | HD | Net |
|-------|---|-----|----|----|------|------|
| 優勝 | 田中靖司 | 42 | 40 | 82 | 10.8 | 71.2 |
| 準優勝 | 見乗年重 | 43 | 44 | 87 | 15.6 | 71.4 |
| 3位 | 長尾之 | 42 | 38 | 80 | 8.4 | 71.6 |
| ベストグロ | 斎藤晃 | 41 | 38 | 79 | 7.2 | 71.8 |
| ドラコン | 丹下和彦、尾崎芳博、和田恵充、定岡秀和 | | | | | |
| ニアピン | 田中靖司、大川三孝、向井一男、阿部滋 森 紀展、楠岡政和、六車正文 (2個) | | | | | |

「きらら保険サービス四国営業所」様、「チサンカンントリークラブ北条」様に御礼申し上げます。

☆平成28年度地域交流会始まる

平成18年から東予・南予エリア会員相互間の親睦と交流を図り、電友会及びNTTの事業動向等をお知らせし、電友会活動への参画意識を高揚する場として開催している地域交流会を本年も今治・伯方エリアを皮切りに始まりました。

今治・伯方エリアの交流会は会員参加者20名にNTT今治営業支店長と愛媛電友会から



《表彰式模様》



《交流会に参加の皆さん》

小田会長と依光副会長の2名が参加し合計23名で平成28年12月3日(土)に開催しました。開催にあたり小田会長より11月25日(金)に開催された電友会本部の第26回ボランティア活動表彰式において受賞された今治市の山本勇さんの『もったいない推進運動』を紹介し、今年度から始めた電友会年会費の自動払込のお願いと会員の拡大について説明され、引き続き関野今治営業支店長からNTT四国及びNTT今治支店の経営状況等について報告され、若干の質疑応答を行い総会は閉会しました。

引き続き行われた懇親会ではそれぞれの

方々が個々人の近況報告や健康状況について和やかに懇談し午後2時に惜しまれながら閉会となりました。会員の皆さんお疲れ様でした。また来年お会いできることを楽しみにしています。

☆「NTT環境クリーン作戦2016 in愛媛」へ参加

愛媛電友会では、平成28年12月10日(土)快晴のもと、松山市「道後公園」で行われた「NTT環境クリーン作戦2016 in愛媛」に参加しました。

このクリーン作戦は、NTTグループの進めるCSR（企業の社会的責任）活動の一環として実施しているもので、今回で23回目となるものです。

参加者数は、電友会会員及びNTT・NTTグループ会社の社員・家族が参加し、総勢では400名近い参



《挨拶をされるNTT愛媛三ツ矢支店長》

加者でした。午前9時30分からNTT愛媛支店・三ツ矢支店長のご挨拶により約1時間の道後公園（湯築城跡）の清掃活動を行い、我々、電友会会員（参加者約20名）もNTT社員と一緒に楽しく沢山の落ち葉やゴミの回収に努めました。

最後に小田愛媛電友会会長から「来年もまたお会いしましょう」との挨拶により、第23回環境クリーン作戦を終わりました。参加された皆様お疲れさまでした。



《清掃活動中の皆さん》



☆愛媛支店本棟ビル外壁修繕工事のお知らせ

NTT愛媛支店本棟ビルは電友会会報第174号（H28年4月発行）の『四国電ビル物語』でご紹介しましたように今年で57年目を迎えています。これまで何度も修繕工事をしてきましたが、現在、添付の写真のようにビルの壁面がいくつも塗装が剥がれています。



《塗装が剥がれた壁面》

今年の愛媛国体を控え県庁前のビルとして、このままでいいものかとOBとして心配していましたが、この年度外壁の修繕工事を平成28年11月中旬から平成29年3月末にかけて行う旨、電友会にも周知がありましたので会員の皆様へ本文をもつてご紹介いたします。

その関係でお客様駐車場のほとんどが使えなくなりますので、これまで電友会へ車でお越しの方は近くの駐車場をご利用願います。また、工事期間中の土・日・祝日も工事車



《外壁の修繕工事》

両が出入りしますので乗り入れは出来ませんのでご注意ください。

☆秋の親睦旅行を楽しむ（香川電友会）

平成28年10月17日(月)に、香川電友会平成28年度活動計画の目玉の一つである、親睦旅行「大和ミュージアムと竹原町並み散策日帰りの旅」を実施しました。

当日は絶好の秋晴れのもと「楽愉笑」を十分に満喫する旅行となりました。

「旅のポイント」

- ① 大和ミュージアム見学と椿庵特選料理を賞味

- ② 竹原町並み保存地区、浪漫てくてく「たけはら」の散策
- 呉市にある大和ミュージアム見学は、在りし日の苦い想い出が一杯詰まった館内をじっくりと・・・

（この平和な時代を永久に）
 ・竹原町並み散策は、遙か平安時代、京都下鴨神社の荘園として栄えた「安芸の小京都」と呼ばれる竹原を。特に上市・下市には江戸時代後期に製塩や酒造業で栄えた屋敷や、由緒あるお寺のある街並みを観光ガイドさんの名調子による五感爽やかな2時間余り。（NHK朝ドラ「マッさん」の舞台でも知られております）
 皆さん大満
 足な一日でした。

また、道中、山並みの色づきにはまだ早い秋ではありますが、その土地土地ならではの景観を楽しむことが出来た旅行



《平成28年10月17日 於:大和ミュージアム》

でした。

次回も楽しみです(2年後の平成30年予定)

☆「広島県福山方面」日帰りバス大旅行記(徳島電友会)

◆実施月日 11月11日(金)

◆旅行先 鞆の浦散策(常夜燈・いろは丸展示館(坂本竜馬)

みろくの里(昼食)・いつか来た道)

◆参加数 41名(男性20名・女性21名)

◆天候 快晴絶好の旅行日和(週間天気予報は雨50%)



毎年恒例の日帰りバス旅行を実施しました。大型バスで鴨島始発で何か所の乗り場で乗車して頂き、松茂で全員揃ったところで元木会長から「絶好の旅行日和に恵まれ多くの会員に参加

頂きました。今日一日楽しく怪我のない旅行になるようご協力願います。」との挨拶に続き勢井事務局長から、本日のスケジュール・記念写真撮影場所・2か所のSAのトイレ休憩・昼食や飲み物などの説明がありました。

5分も経たない内に車内はサロンに早変わりし飲んで、食べて、楽しい会話の中和気あいあいの大人旅秋の遠足のスタートとなりました。

◆鞆の浦散策(崖の上のポニョのロケ地)

潮の香りと史跡を訪ね

て、慶応3年(1867年)鞆の浦沖で沈んだ坂本竜馬と海援隊の船、「いろは丸」の引き上げ物などの関連資料を沈没状況のジオラマとともに展示、紹介している。建物は鞆の町では「大蔵」と呼ばれている蔵の中に展示されています。



2階には、坂本竜馬の隠れ部屋も再現されている。

◆保命酒(ほうめいしゅ)の由来

万治2年(1659年)大阪の漢方医であった「中村家」の子息、中村吉兵衛吉長が鞆の浦で16種類の薬草を漬け込んで作った薬種が始まり。



江戸時代、福山藩の特産品として幕府に献上されていた。

幕末には、黒船のペリー提督一行や、ハリス領事一行にもふるまわれたという。

Kさんは、お店の若いおねえさんの甘い言葉に誘われ早速試飲コーナーでお土産もそこそこに、会話も絶好調!

◆みろくの里

楽しみのランチタイムです。

豪華な会席と車内で頂いた飲み物券(ビール、お酒、ウーロン茶等)を交換し、早速隣同士で酒を酌み交わしながら、顔を赤らめながら料理に舌鼓を打ちながら楽しくおしゃべりの花が咲く楽しい昼食でした。



◆いつか来た道(昭和30年代のレトロな街並み)

昭和30年代の街並みへのタイムスリップ! 赤いポストの郵便局、懐かしい小学校教室、下町を再現した昭和館を抜けると駄菓子屋、民芸品などが立ち並び電信電話博物館や映画館、女給募集の求人募集BARなど昭和世代の一行は懐かしく時間が止まっているようです。



青春に帰った気分を味わった楽しい一時を有難うございました。

●みろくの里郵便局

いつか来た道の入り口にある郵便局は、実際に使われていた物の一部を移築したそうです。窓枠には〒(郵便)のマークのか透かし彫りも見る事ができます。待合室の暖炉なども当時のままに再現されています。



●昭和館

ガード下のトリスバーや音楽喫茶、キャバレーなど、まるで映画のセットの様な空間。一歩入り込むと戦後間もない発展途上国の日本、古き良き時代へとタイムスリップする事ができます。お寿司の土産を持った酔っ払いを派出所前に立つお参りさんが、そつと見つめるそんな心温まる雰囲気が最高！



●電信電話博物館

この電話、昔家にもあったーそんな声をよく聞く電話博物館。

開発当時の電話機から最新の電話機、最初のFAXや携帯電話、懐かしい黒いダイヤル式電話機も体験コーナーでは実際に使用できます。♪リン・リンの音も懐かしく感じました。(館長さんも同業者とか！当日は徳島旅行で不在残念！)



●映画博物館

みろくの里映画村で撮影された「座頭市」や「あずみ」「龍馬伝」といった映画やドラマの撮影資料、日本初のカラー映画「カルメ」故郷に帰る」「男はつらいよ」等、当時の映画ポスター、撮影機材などの展示や映画の歴史を垣間見る事ができます。

Mさん(自称阿波の淀川長治映画評論家?)は、ポスター見えて血が騒ぎ水を得た魚そのものでMワールドでテンションMAX!



●懐かし館

当時は映画館でニュースが流れていました。東京オリピックを始めケネディー大統領暗殺事件等当時のニュースを映像で見ることが出来ます。館内には寿司屋、キャバレーといった店舗再現されています。昭和の大スタ

ー達のプロマイド(裕次郎、圭一郎、長嶋、王、大鵬、橋蔵、小百合、千代子、由里子など)が白黒で非常に懐かしく思いにふけこみました。

又、ローラーで挟む脱水機付の洗濯機など電化製品の展示もあり、三種の神器と言われる当時の電化製品が揃っています。

三輪自動車(ダイハツ・ミゼット)も当時は、珍しく立派な運搬車も今見ると、小っちゃく見え尺度が子供時代と変わって見えませんでした。

午後3時過ぎに、懐かしの「いつか来た道」を後にバスでの帰路となりました。バスの中では、レトロの街並みの会話で盛り上がっていました。

お楽しみの添乗員さんとのジャンケンゲームや、お酒?で少し噛みながら受けと笑いを取りながら、某事務局長からハ



《鯛の浦「常夜燈」前にて(逆光で一す)》

イレベルの雑学王決定戦徳島大会が行われ、ユニークな問題に自称高学歴者等？が見事に制し、豪華景品を取得し楽しさも倍増の車中でした。

来年は更にレベルアップ問題にしたいとか!?。

JR徳島駅前には、予定どおり午後7時着、最終鴨島着は8時前でした。

1日楽しい旅行のお世話を頂いた、安全運転の美郷観光の運転手さん、笑顔がチャームアップの添乗員の花本さん本当にお世話に有難うございました。



《みろくの里(いつか来た道)前にて》

(編集委員・楠本)

☆一京都・奈良古都を歩く一

NTT高知OB親睦旅行(高知電友会)

恒例の電友会と退職者の会合同の親睦旅行を会員とその家族41名(平均年齢73歳)で10月31日～11月2日の2泊3日で実施しました。

(1日目)今回は久しぶりに高知からバスで出発。井上電友会会長の元気の良い出発の挨拶で旅が始まりました。バスの中では朝から缶ビールの開く音がプシュツと聞こえ、それとともににぎやかな車中となりました。

昼過ぎ宇治市内へ到着。昼食後本第一の観光地世界遺産に登録されている『宇治の平等院』へ。浄土の宮殿をイメージした建物で庭園も浄土式の借景庭園で大変優雅で美しい建物です。

ゆっくりと散策後次の目的地京都のパワースポット言われている『伏見大社』へ。千本鳥居でも有名な大社である。赤く塗られた鳥居はどこまでも深く続いている。帰り道で伏見大社のお狐様にちよつといたずらされ、迷子いや迷大人かな？が2名、もう10年位前に電友会の旅行で信楽に行った時にガイドさんが「こら辺に来ると時々信楽のお狸さんに騙されて運転手さんが道を間違える」と言っていたたんに道を間違えてなかなか目的地に着

かなかったことを思いました。

お狸さん、お狐さんの力、悔るべからず。

お狐さんに悪戯されたお二人さんお狐さんのお詫びにきつといいことがあると思いますよ。

引き続き夕暮れ迫る『清水寺』へ清水の舞台から見る景色は残念ながら紅葉には少し早かったけれどそれでも京の街並みが美しく見える。下を見ると高い、足が竦む。

江戸の昔、清水の舞台から飛び降りると願いが叶うと飛び降りた人達がいたとか。それでも80%の人は助かったらしい。願いが叶ったかどうかはわからないがあんまり誉められた行為ではないと思う。

清水さんの帰り道、石段の端に仄かに明かりが灯りほっこりとした気分になった。

やっと本日の宿「東山閣」へ到着、入浴後待望の宴、昼間の疲れも忘れて盛り上がった。

(2日目)まず『京都御所』へ。さすがに明治2年まで天皇のお住まいだった場所、広々としてお手入れもゆきとどいている。「こりゃあ広い掃除が大変じゃろうのう」「大丈夫昔「十二単」で裾をひこずって歩きたびにその裾で廊下をきれいに掃除した」など下世話な会話をしながら散策。

次の観光地京の台所『錦市場商店街』へ。京都独特の食材はほぼここで揃う。三々五々



《平成28年10月31日 於:伏見稻荷神社》

市場を散策、酒好きのKさんと私、酒の試飲の前で動かず、少しずつ試飲さしてもらう酒は美味しい。皆もあちこちで試食をしたりして食事前なのにお腹がポンポン。

昼食は智積院会館で精進料理をいただく。

昼食後『鉄道博物館』へ、入館すると0系新幹線の一号車や国鉄最大のC62形蒸気機関車等のお出迎えを受け鉄道マニアに大変楽しめる場所であるかもわからない。幼稚園児の

遠足が多く若いパワーをいただき過ぎたか？
疲れた。

鉄道博物館を後に京都とはお別れ愈々奈良県へ。本日最後の観光地『春日大社』へ。白鹿を神使とする神社。可愛い鹿が挨拶に寄って来る。

春日大社を後に天理市にある奈良プラザホテルへ。本日の宿はお待ちかねの温泉。ゆっくりと入り疲れをとった後、二日目の宴会。

この日は老人パワーと女性パワーが炸裂。筒井さんと、夕部さんお二人のお謡いと女性陣の歌と踊りで大変にぎやかに過ごすことが出来ました。

(3日目) いよいよこの旅行最後の一日になりました。宿を出てまもなく猿沢の池を左に見てその向こうに興福寺の五重の塔を見つづ今回の旅行の一番の目的『奈良国立博物館の正倉院展』へ。正倉院は奈良時代聖武天皇ゆかりの品など約9000点が守り伝えられてきています。そのうち初出品、12点を含め古代の展示物に魅せられました。ものすごい人でゆっくりと陳列されている品を見ることが出来ませんでした。古文書の数点で「はるの」「いの」という地名を見付けた時はうれしかったけれど、私たちの力では読み切れず何かを献上したのではないかなと勝手に想

像したりしました。物凄い人混みを抜けやっ
と外に出ると、たちまち沢山の鹿がやってき
てちょっと油断をすると紙袋を食べられたり
して大騒ぎ。

しばらく鹿と遊び次にすぐ近くの『東大寺』
へ。境内にはいるとーさんが「たまるか、こ
こは日本かよ」人種のるつぼのように外国人
だらけ。多分タイからだと思う若きお坊さん
の一行にも会った。東大寺は俗に奈良の大仏
さんと言われる盧舎那仏が本尊いつ見ても男
らしい素敵なお仏さんです。

東大寺を後に昼食後この旅行最後の観光地
『唐招提寺』へ。奈良県五条町にある鑑真が
建立した寺院で井上靖の小説『天平の甕』で
広く知られるようになった。また千手観音様
も有名で現在は大手42本小手911本あり現
存するのは953本だそうです。ここはゆっ
くり散策。これで全ての観光が終わりました。

今回の旅行はとさでんトラベルの植村さん
の細かい心使いと、とさでん交通のドライバ
ー筒井さんの安全運転、ガイドの西山さんの
軽妙で洒落なお話して車中を和ませくれ、電
友会の若き役員さん達の献身的なお世話で、
皆事故もなく旅行を終える事が出来ました。
これぞOB会の旅行の醍醐味だと思います。

最後に退職者の会、國弘会長の「旅行は家

に帰って布団を敷くまでが旅行、気をつけて帰って下さい」という挨拶があり、まもなく高知へ到着。

「来年もまた会おうね」「元気であってよ」「また一緒に旅行に行こうね」等、にぎやかにあいさつをし、帰路に着きました。

来年の旅行はあんまり歩くによろばんところを計画してね。皆さん大変お疲れ様でした。

(山崎禎子記)

☆NTTグループの環境保全活動への

参加

★協働の森(NTT光の森)交流活動に参加

加 松丸 純一(高知市)

去る11月12日(出)、NTT高知支店のCSR活動の一環として実施している『協働の森』「NTT光の森」の交流活動が、高知市土佐山地区で開催されました。

NTT高知支店及びNTTグループ会社の社員と家族47名が参加し、快晴の小春日和の下、間伐作業や木工細工の体験を行いました。高知電友会からは寺本和男さん・邑田正次さん・松丸が参加。

有馬支店長はじめ、県・市等の関係者の皆



《NTT 光の森》

さんの挨拶のあと、間伐をする組・木工細工で置時計を作る組の2班に分かれて作業を行いました。

間伐作業では、女性社員やお母さんと子供達が初めての木挽きに挑戦し、重い鋸を一生懸命挽いていました。木が倒れるときは皆が大歓声です。

木工作業は、置時計の組み立てです。ナイチャーゲームリーダーの平子さんから説明を受け、時計の本体・文字盤・針の大きさ等を選び、文字盤にはボタンや木の実・小石等で個性的な飾り付けをするものです。この時計作りでは、子供よりも大人の方が夢中になっていたようにも見えました。

お昼は「高級牛肉」によるバーベキューと

地元の皆さんが準備して下さった田舎寿司、豚汁に舌鼓を打ちました。

バーベキューでは、有馬支店長自らがお火おこしをしてくださり、みんな美味しくいただけていました。

途中、お楽しみ抽選会もあり、参加者全員楽しい時間を過ごしました。

今回は天候にも恵まれ、参加した子供たちもいい経験・思い出ができた一日になったことと思います。

★「ドコモ四国 土佐いの 元気の森」に

参加

仙頭 隆二(高知市)

NTTドコモのCSR活動の一つとして、吾川郡いの町波川地区で実施している「ドコモ四国 土佐いの 元気の森」での交流活動(間伐及び林道清掃)が、去る11月12日(出)午前10時～午後0時30分まで開催されました。

NTTドコモ社員とその家族など数十名が参加。高知電友会からも西村榮祐氏、公文義政氏、仙頭隆二の3名が参加しました。

開会式は(株)ドコモCS四国高知支店渋谷課長の挨拶につづき、1班、2班に分かれて間伐と道路清掃が行われました。

森林組合職員の間伐模範伐採が実施され、



《ドコモ四国 土佐いの元気の森》

引き続き間伐材を利用して「鍋敷き」を作成しました。
 女性は、鋸を使用して材木を切る機会がありませんので、参加者の「ガンバレ・ガンバレ」の応援のもと盛り上がっていました。その後全員で道路及び側溝の清掃をし、汗を流しました。
 最後は、いの町自治会様が準備してくれた昼食（豚汁・おむすび）で親睦を図りました。当日は、好天に恵まれ、予定していた時間より早く進行して、お昼過ぎには終了し解散となりました。

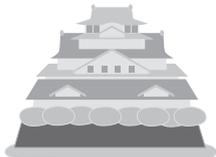
<イベント情報>

■電友会イベント

| | 1 月 | 2 月 | 3 月 | 第1四半期 |
|-----|--|--|--|---|
| 愛 媛 | <ul style="list-style-type: none"> 退職者説明会 (1/30～31) 会報発送作業 地域交流会 | <ul style="list-style-type: none"> 事務局長会議、編集委員会 (2/10) 新規会員勸奨 地域交流会 OB交流会 (2/28) | <ul style="list-style-type: none"> 地域交流会 準会員への正会員勸奨 | <ul style="list-style-type: none"> 会報発送作業 |
| 香 川 | <ul style="list-style-type: none"> 会報発送作業 | <ul style="list-style-type: none"> 退職者説明会 (2/2) 事務局長会議、編集委員会 (2/10) OB交流会 (2/22) | <ul style="list-style-type: none"> 準会員への正会員勸奨 | <ul style="list-style-type: none"> 会報発送作業 |
| 徳 島 | <ul style="list-style-type: none"> 会報発送作業 役員会議と新年会 (1/26) 退職者説明会 (1/27) | <ul style="list-style-type: none"> 事務局長会議、編集委員会 (2/10) OB交流会 (2/21) | <ul style="list-style-type: none"> 準会員への正会員勸奨 趣味の作品展会場抽選 (3/1) | <ul style="list-style-type: none"> 会報発送作業 徳島電友会役員会 (4月下旬) |
| 高 知 | <ul style="list-style-type: none"> 会報発送作業 | <ul style="list-style-type: none"> 退職者説明会 (2/6) 事務局長会議、編集委員会 (2/10) OB交流会 (2/22) | <ul style="list-style-type: none"> 準会員への正会員勸奨 | <ul style="list-style-type: none"> 会報発送作業 |

■地域イベント

| | 1 月 | 2 月 | 3 月 | 第1四半期 |
|-----|--|---|-----|--|
| 愛 媛 | <ul style="list-style-type: none"> イルミネーション花園 2016 (12/22～2/14) | <ul style="list-style-type: none"> 椿まつり (椿神社) (2/3～2/5) 七折梅祭 (砥部町) (2月下旬～3月上旬) 遍照院節分会厄除大祭 (菊間町) (2/3) 第55回愛媛マラソン (2/12) 三津朝市 (2/25) 「旬・鮮・味まつり」 | | <ul style="list-style-type: none"> 松山城お城まつり 4月第1週 |

| | | | | |
|------------|--|---|---|--|
| <p>香 川</p> | <ul style="list-style-type: none"> 小豆島霊場開き (1/21) | <ul style="list-style-type: none"> 丸亀国際ハーフマラソン (2/5) 坂出天狗祭(2/11) 坂出天狗マラソン (2/12) 二十四の瞳映画村ひなまつり (2/3～3/5) 引田ひな祭り (2/25～3/3) | <ul style="list-style-type: none"> 引田ひな祭り (2/25～3/3) 宇多津の町家と雛祭り (3/4～3/5) | <ul style="list-style-type: none"> 丸亀城桜まつり (4/1～4/14) 丸亀お城祭り (5/3～5/4)  |
| <p>徳 島</p> | <ul style="list-style-type: none"> 井川スキー場腕山オープン (三好市) (12/9～3/12) ドイツ館冬のイルミネーション(鳴門市) (12/1～1/15) 華道家假屋崎省吾「うだつをいける～和美共感～」(美馬市) (1/8～2/19) ひわさ冬まつり (美波町) (元旦) 鬼龍野 灯りのオブジェ (神山町) (1/2) 郡市対抗徳島駅伝大会 (徳島県内) (1/4～1/6) 大山寺の力餅 (上板町) (1/15) 第13回雪合戦四国大会 (三好市) (1/28～1/29) | <ul style="list-style-type: none"> 大麻比古神社神火大祭 (鳴門市) (2/3) 薬王寺初会式 (美波町) (2/11～2/12) 明谷梅林祭(阿南市) (2月中旬～3月中旬) 神山ビッグひな祭り (勝浦町) (2/19～4/2) 春の渦祭り(鳴門市) (2/25～4/30) 第18回四国酒まつり (三好市) (2/18) 阿川梅の里梅まつり (神山町) (2月下旬～3月中旬) あんみつ館春のらん展 (美馬市) (2/1～3/31) | <ul style="list-style-type: none"> 阿南椿まつり (阿南市) (3/1～3/31) 美郷梅祭(吉野川市) (3/5) 「田中砂灸」(勝野家) (徳島市) (3/20) 鯉のぼり大歩危峡 (三好市) (3月下旬～5月末) 第10回徳島マラソン (3/26) 約15,000人 (四国最大) | <ul style="list-style-type: none"> 4月 小野さくら野舞台 (神山町) 4月 はな・はる・フェスタ2017 (徳島市) 4月 牟岐アワビまつり (牟岐町) 第16回阿波えらいやとちャツデーウォーク (徳島市) |
| <p>高 知</p> |  | <ul style="list-style-type: none"> 花へんろ足摺温泉 ジョン万ウォーク (土佐清水市) (2/18～19) 高知龍馬マラソン2017 (2/19) 鯛伊食祭 (たいいくさい)(須崎市浦ノ内) (2/26) | <ul style="list-style-type: none"> 志国高知幕末維新博～時代は土佐の山間より～ (3/4～翌年12月) 土佐の「おきゃく」2017 (高知市) (3/4～3/12) 竜串奇岩フェスティバル (土佐清水市) (3/12) 土佐塩の道30kmウォーク (香美市・香南市) (3/25) | <ul style="list-style-type: none"> 若宮八幡宮どろんこ祭り (高知市長浜) (4/1～4/3) 高知城花回廊 (高知市) (4月上旬) |

ドキュメント

☆陶芸と私

川村 雄二さん（高知市）

1. 高知新聞に掲載される

H28・10・13日に私が選んだ高知県美術展覧会についての「思い出ベスト3」として次のように掲載されました。

① 平成11年に初特選になった。自分自身この上なく嬉しかった。周りの方々からも花束やお祝いの言葉をたくさんいただいたり、何回も「おきやく（土佐方言で宴会）をしてもらって喜びにあふれた。

② 初特選を得て喜んだのもつかの間、県展会場である県立美術館が台風の豪雨で浸水してしまった。水族館化してしまった展示会場内で私の作品を含めほとんどの作品がプカプカ、スイスイ泳いでいたようだ。

③ 県展作の制作は暑いとわかっているのに夏にならないと始められなかった。

作品を作る私の小屋は酷暑となる。加えて土の乾燥を防ぐため、冷房も扇風機も使わない。いつも汗が身体を伝い流れ、



《川村さんの工房》

手の甲から汗が玉になって噴き出た。やがて初秋となり、夜には山際にある小屋の周囲から、たくさんの松虫の音が聞こえ始める。「チンチロリン、チンチロリン」。実にかわいい。その大合奏を「ガンバレ、ガンバレ」と自分を応援していると勝手に思い込むこととして、仕上げにいそしんだ。

2. 陶芸を始めたきっかけと県展出品

「陶芸をしてみんかよ、これをしよつたらほかの趣味はいらんねえ」と誘ってくれたのは幼なじみだった。何か趣味が欲しいと思っていた私の心に響いた。

県展には33歳から出品。43歳の時、川の流れを見ていて着想した模様を入れて、初褒状となった。

3. 教える立場に

これで少しやる気になって50歳の時初特選、60歳で3度目の特選になり、無鑑査（審査なし）になった。

この間、褒状は6回受賞していた。

定年を経て、再雇用となった。私の小屋は余りにも狭すぎる。私は退職を見据えて他所に小さな工房を建て、エアコンも付けたし乗用車一台分に相当する価格の電気陶芸窯も入れた。

ところが間もなく東北大地震が発生、津波警報が出された。工房は湾に近く低地だから心配した。

この後、この工房で陶芸教室を開いた。以前、高知市文化振興事業団（通称・かるぼーと）の中級講座で5〜6年教えたことがあって、その方々が主に来てくれ、今も続いている。

また、再雇用が終わる直前に「かるぼーと」から、市民学校陶芸入門講座の前講師が引退することで、後継を依頼され、春と秋に各10回の講座を担当している。

4. おわりに

幼なじみが陶芸に誘ってくれたおかげで



《「象嵌線文花器」第62回展(2008年)特選》
(表紙にカラーで掲載)

(編集委員 幹事 邑田正次)

陶芸教室は木曜日から土曜11時からの週2回やっているとのことです。
 なお、冒頭の思い出ベスト3は高知新聞掲載とほぼ同文です。また、高知新聞のHPでも見られます。県展の思い出(33)で検索！

定年後もすることがあって、それなりに充実した日々を送っている。陶芸を通じて友人もたくさんできた。焼き物は作って楽しい、使って嬉しい、眺めて満足。あなたも是非どうぞ。

(取材を終えて)

川村さんの工房に取材に行きましたが。以上は川村さんに原稿を書いてもらったものです。

ボランティア紹介

☆第26回「電友会ボランティア活動賞」 第2回「電友会活動功労賞」を受賞

第26回「電友会ボランティア活動賞」等の表彰式が平成28年11月25日(金)に東京大手町の「スズホテル東京」で開催され、「ボランティア活動賞」は35件、「電友会活動功労賞」は12件が選ばれ、電友会本部鈴木会長から表彰状等が授与されました。

四国からは、「ボランティア活動賞」に愛媛の山本勇さんの「もったいない推進運動」と、徳島の十川佳久さんの「野球道を通じて



《受賞された皆さん》

青少年健全育成と地域貢献」が受賞しました。

また昨年から設けられた「電友会活動功労賞」には、愛媛の武内主計さんの「電友会会員へのパソコンスキル付与活動」が受賞しました。

受賞された3名の方おめでとうございました。引き続き益々のご活躍を記念致します。

☆熊本・大分被災地の皆さん

「安らかな日々が一日も早く戻りますように 祈」

櫻村孝紀さん(丸亀市)

「私が所属している建設会社の中でのボランティア活動の一部を紹介します。

「災害は忘れた頃にやってくる」と言ったのは、昔のようです。

熊本地震災害では甚大な被害が発生しました。緊急避難された方々への衣・食の物資提



《謝辞を述べる山本さん》



《家具制作中》

供も然る事ながら、住の安定も必須です。避難所や仮設住宅での生活に於いて、足腰の弱ったお年寄りの皆さんが必要とした物は椅子やテーブルだそうです。

これまで長年培ってきた家具作りのスキルで、これらの製品を6月は100脚、8月は100脚と10卓、12月は50脚と25卓、合計椅子250脚、テーブル35卓を制作しうどん県の熊本地震被災地「絆」隊のトラックで現地に向け送り出しました。同時に地元特産の「丸亀うちわ」12,000本に、被災した皆さんに元気を出して頂きたく、市内外小・中学校の生徒さん達を始め、私達大人も含めて励ましのメッセージを書いて届けました。慣れない共同生活で大変だった時期には、元氣と心地良い風を貰って頂いたようです。

一方、地元の地域向けには「おたすけネットワーククラブ」が開設されております。一



《完成した椅子やテーブルを被災地へ》

人ひとりが少し協力し合う事で、今以上に住みやすい地域づくりを願って活動しております。

1 高齢者居場所づくりカフェは、毎週月・水・金に飲み物100円(おかわり自由)で開催しております。

2 異世代交流カフェサロンは、毎月第二日曜日に飲み物、石釜ピザなど100円からで開催。イベント舞台では歌、楽器演奏、紙芝居、クイズ等々が行われ、子供連れのご夫婦から年配の方々まで、大勢の人達で賑わっています。

屋外では楽しく遊んで貰うミニハウス

を2棟建てました。ハウスの中には、ベンチ、キッチン、テーブル、椅子のほか、おもちゃの調理用具、食器類その他が揃っており、子供達が夢中で遊んでいる様子も良い眺めと目を細めております。

これからも、二級建築士としての知識と技術のほか、家具作りのノウハウを発揮して、後々に何かを残せるボランティア活動を続けていきたいと思っております。

併せてボランティア活動が出来る輪に入れて頂いている建設会社の社長を始め、グループの皆さんに感謝しております。

☆車椅子清掃ボランティア(高知電友会)

11月22日(火)に高知野北町の特別養護老人ホーム「あさみの里」で初参加の若手メンバー8名を含む総勢20名が参加して実施しました。

当日は11月とは思えない、汗ばむほどの好天に恵ま



《車いす清掃模様》

れ、用意された32台の車椅子は約1時間半程で見違えるようにきれいになりました。入所者の皆様も年末年始をきつと気持ちよく迎えらるると思えます。

(初参加のメンバーの声)

- 先輩の手際の良さに感心。さすが腕が良い。
- 車椅子の操作が体験できて勉強になった。
- 自分も将来お世話になるかも知れない。お世話ができて良かった。本当に綺麗になった。

• 作業後のお昼弁当が本当に美味しかった。参加の皆様、お忙しい中大変ご苦労様でした。新メンバーも沢山参加していただき大助かりです。

(足達 裕昭 記)

☆民踊とハーモニカによる慰問活動

ー 一足早い歳末プレゼントー (高知電友会)

民踊サークル「すみれ会」のメンバー6名及びハーモニカ演奏の東伸行さんによる慰問活動を、11月30日に高知市若草南町の在宅介護センター「わかくさ」で実施しました。

開始の午後2時を待ちかねたようにホールに集まった方々は約25名。

メンバー全員がみなさんの前に整列し「今

年もこんな
に集まって
頂いて有難
うございま
す。私達も
遣り甲斐が
あります。
頑張りま
す」とサー
クルを代表
して挨拶。

まず、す
みれ会のメ
ンバーによ

る民踊「東白音頭」(福島民謡)「若松様」(島根民謡)で日頃の練習の成果を披露。集まった皆さんはメンバーの熱演に大喜び。手拍子で応えてくれました。元気なお年寄りからいぞ頑張りという声もかかっていました。

続いて登場したのは、ハーモニカの達人、東伸行さんです。演奏曲目の歌詞カードを皆様にお配りし、「浜辺の歌」「故郷」といった10曲程を見事に演奏。皆さんも懐かしいメロディーに、顔をほころばせ、目を輝かせて一緒に歌ってくれました。リクエストまで頂きました。



《「すみれ会」の民踊》

そしてトリは、「すみれ会」による、お楽しみ「炭坑節」の総踊り。センターの職員さんも踊りの輪に入ると、車椅子でも手振り身振りで曲に合わせ楽しんでくれ、「ありがとう。来年もまた来てよ」との嬉しい声をいただきながら、センターを後にしました。

(井上 淳介 記)



《ハーモニカの演奏に聞き入る皆さん》

私は今

◇ 青木 信夫 (東京練馬 H4年退)

昨秋、とうとう後期高齢者になりました。途中、19年前に肺がんを患ったこともあり感慨一入のがあります。同時に無性に人恋しくなって、離れ久しく会っていない幼な友達や知人を今生の別れよろしく訪ねようと、昨10月、遂に高知〜東京間長距離ドライブをやらかして仕舞いました。

また、区切良い機に「金婚式inハワイ」も終えて・・・という次第です。

後は、加齢こそが有利に働く「夢」(エイジ・シユート)に向け無駄な努力とスポーツジム通いの日々でして、要は、頭の方さっぱり使っていないなーと目下心配中であります。

◇ 旭野 明 (徳島市 H1年退)

昨年28年は体調を崩し入院が長くなり、横になっていて多い年でした。血管が悪くなり、血管瘤の治療等の入院でした。健康の大切さを知り、医学の素晴らしさも知らされた年でした。心配して頂いた皆様に感謝しています。体調を整えて皆さんと一緒に動ける

ように早くになりたいと思っておりますので、その際にはよろしくお願い致します。皆様がお元気で楽しい日々であります様にお祈りしています。そして事務局の方々に礼申しあげます。

◇ 綾 勉 (坂出市 H21年退)

平成21年。60才で退職しました。その後は、妻と小旅行や温泉巡りなどを楽しみながら、日々の生活を送っていましたが、私にとって大変な事が起きてしまいました。

平成27年1月29日、心肺停止になったのです。その前後の事は、全く記憶がないのですが、意識が戻ったのは、1週間後の救急病院のベッドの上でした。その時、家族が流していた涙は、今でも忘れる事が出来ません。なぜ助かったのか、本当にラッキーが重なっていたと思われま

す。倒れたところが、スポーツジムの中



奈良 東大寺にて

で、人が大勢いたこと。その中に病院の先生がいて、蘇生してくれたそうです。

その後、岡山の榊原病院で心臓のバイパス手術を受け、今日に至っています。

今は体調も戻り、ジムで筋トレに励んでいます。また妻と小旅行も再開したいです。

◇ 有田 卓美 (松山市 H15年退)



電友会事務局を健康上の事由で辞して、5年余りが経ちました。在籍中、会員の皆様には種々お世話になった由、この場をお借りして心からお礼申し上げます。

小生、今もなお、リハビリ、経過観察などのため通院中ですが、病院との付き合いは、一生継続くものと覚悟しています。

幸いにも、日常生活では、これといった身体上の支障・不調を感じることもなく、妻と犬1匹・猫4匹で気ままに暮らしています。只、只、宴席のお誘いが無いのが寂しい！

◇ 稲井 和代 (上板町 H14年退)

会員の皆さんお元気でお過ごしでしょうか。近頃は地震・台風・原発等々想定外の出来事が多く、また、世界情勢も目まぐるしく変

化しており、何が起るやら何を信じていけばいいのか分からない昨今ですね。

私は長年小学生を対象とした「食育の指導」「日本の伝統文化について」（茶道・華道）に携わっております。子供達は素朴で純粋です。覚える事より忘れる事の方が多い私を奮い立たせてくれます。子供達のおかげで元氣です。今を大切に続けて行きたいと願っております。

◇ 上原 令子 (高松市 H22年退)

昔からやってみたかった事(和裁・裂織り・味噌作り・露天風呂付き部屋に宿泊・瀬戸大橋塔頂・屋久島クルージング等々)が少しずつ実現でき、旅行は年1度の同期会参加と東京・温泉地等へ行っています。

おはぎや塩麴を作ったり、アルバムを整理、



一行事の写真はまとめてA4に作成し写真を破棄。終活?自分の時間を自由に使い、何気ない穏やかな生活を楽しんでいます。

素敵な人達に囲まれた幸せな日々感謝しています。これからもゆっくりと小さい願望の実現を目指します。

◇ 麻植 秀俊 (徳島市 H17年退)

築36年の我家は耐震補強中であるが、自身もリフォームが必要な年齢になってきた。

そのせいか、夢路に幼い頃や在職中に刻を共に過ごした面々が出現し、懐かしむことがある。(どうもこれは年相応のことらしい)

日常は相も変わらずであるが、世情も含めこの平穏な日々が続くことを願っている。

特段の趣味・健康法もないが、これからも「心の若さ」だけは失わず、時折の小旅行を楽しみたい。併せて、家族の濡れ落ち葉的な



北海道観光の記念に

存在にはなりたくないと思っている。

◇ 太田 陸 (高松市 H13年退)



NTTを退職して、何年になるだろう!でも、時の移ろいは「古希」を告げている。

最近、娘が孫と一緒に隣に引っ越してきたため、食事と送迎に追われる毎日である。

下手なゴルフもやめ、月に1〜2度の友達との飲み会が楽しみである。また、少ない小遣いで、大穴狙いの競輪・競馬に精を出しているが全く当たらなくなってきた。思考回路が狂い出し、ボケ症状を伴い病院通いだ。

今年こそ「起死回生」を願うだけでは、運氣上昇は困難と判っていても・・・。

◇ 柿内 武正 (東温市 H11年退)

退職して18年、脳幹梗塞になって10年が過ぎようとしています。

左半身麻痺の後遺症は残っているものの、家庭菜園での野菜作りも出来るようになりました。



種蒔きをした鉢で寝ています

菜園には、可愛い彼女と子供(猫)がいて毎日私の手伝い(邪魔)をしてきています。家にも彼女の子供が2匹いて、この家族を最後まで面倒見られるよう、私も健康に留意して、明るく楽しく日々を過ごしていこうと頑張っています。

◇ 金地 克秀 (東かがわ市 H13年退)

早いもので退職して16年が過ぎました。その間、大腸ガンと腸閉塞の2度の手術を乗り越え、何とか生き永らえておりますが、重い糖尿病と心不全や軽い脳梗塞の併発で3カ月を越える入院やら救急車のお世話になったりの1年でした。

今は病状も安定し、市内の土建会社にゆつたりと月8日のペースで勤めておりますが、そろそろ会社のお荷物か?等と自覚し、子供達や知人に配る家庭菜園を楽しみながら2度目のリタイアする日を模索する昨今です。

皆様、今年もお元気で!

◇ 刈谷 志毛雄 (香美市 H19年退)

「私は今」の原稿を書いていると、掃除をしていた家内が「何を書きゆうが?」と言うので「会報の近況報告や」と言ったら「終活

しゆうと書いたらええ」と言われた。

退職して4年近くになる、シルバー川柳で「アーンして、昔ラブラブ、今介護」もそう遠くないのかなーと思うこの頃です。今日も気を取り直して百姓、明日は土佐湾で船釣り、終活はまだ早い、ガンバル!

◇ 北添 孝裕 (日高村 H28年退)

退職して半年以上が過ぎました。

血圧と糖尿の薬を飲みながら、約一町歩の米作りと、子供の経営しているハウス園芸(トマト)の手伝い(中は暑くて大変な仕事だが夜のビールを楽しみに)、妻が一人で



摩周湖にて

営んでいる美容室の手伝い(タオルの洗濯、掃除等の雑用)、荒らしている畑の草刈り(年に4〜5回)と現在は、特に体の調子も悪いこともなく月に4〜5回の趣味のゴルフと結構楽しく過しています。

7月には妻と二人で新婚旅行以来の北海道旅行に行ってきました。当日は「霧の摩周湖

ではなく独特の深い青(摩周ブルー)の中にカムイシュ(中島)がくっきりと見える素晴らしい天気でした

◇ 雉鳥伸由紀 (高知市 H20年退)

退職してから早や8年になります。縁あって協力会社さんにお世話になってます。平日はサラリーマンで、土日祝は家庭菜園で汗を流しています。野菜の旬物を収穫し、

自然の恵みに感謝し、美味しく頂いています。ところが、昨年夏にはスイカが近年になく大きく育ち明日には収穫という時カラスに食べられてしまっがっくり。

今年は某占いの先生が言うところの大殺界のど真ん中。何をやっても無に帰すとのこと。しばし潜行して春が来るのを待っています。

◇ 黒萩 明 (高知市 H23年退)

「成人病が発症し

ないうちに薬を飲みましょう」と医者に言われ、月に一度の病院通いだ、まあまあ元気でやってます。



釣りに行っている堤防から浦戸湾をバックに

2週間に一度図書館から本を借りて読書の他、梅酒や干し柿作り、大潮の磯遊び等々季節とも遊んでいる。

ばね指とヘルニアでゴルフをやめて釣りに戻って久しく、最近は近くて安全な浦戸湾内の堤防に通っている。重低音を響かせるJCGや、深く沈んで進む石灰運搬船を眺めながら竿を振るのも良いものだ。時々堤防掃除のご褒美が昨年は年なしを2匹もゲットした。明日は寒そうだからしっかりと着込んで、また釣りに出かけよう。

◇ 後藤 勝 (高松市 H23年退)

再就職先を平成23年に退職して6年。退職前に病気に罹り治療中。退職時に囲碁盤、登山ウェア、一眼レフを購入。しかし、登山ウェア出番なし、囲碁、写真の腕は上がりず、ゴルフは120と苦闘中。

もっぱら旅行、家庭菜園、庭作りに勤しんでおり、最近、石灯りと睡蓮鉢を思い切って購入。旅行は、息子がいるアメリカ、妻希望のスペ



私のサラリーマン人生の全て！
綺麗なお姉さんからの…もあります。
もし一万円札だったら。

インが目標。西国三十三カ所はあと4カ所。周りの人と家族に支えられ、普通の生活が送れる幸せに感謝しながら過ごしております。

◇ 近藤 功一 (藍住町 H10年退)

老老介護で奮闘中。2年前に妻が脊柱管狭窄症からくる神経障害で足が不自由になり、車いす生活に。



マイカーは初車検直後でしたが、必要に迫られて福祉車両に交換え。寝室は板張りにしてパラマウントベッド。車いす用に昇降機を設置。入浴もままならずデイサービス等を利用。二年近く頑張りましたが、自分の腰痛と膝痛がひどくなり、主治医からこの身体でこれ以上介護4の人の介護は無理と言われ、昨年10月から介護施設で世話になることに、現在は一日おきにご機嫌伺いに行っています。

◇ 坂口 道啓 (松山市 H22年退)

平成22年7月から「情報通信エンジニアリング協会四国支部」でお世話になって早やく

も6年半が経ちました。65才になって、そろそろ本当の意味で隠退となりますが、周りの元気な諸先輩方を見るともう少し何か出来るかなと思ってみたりして今後の事が定まりません。



スペインのラマンチャ地方の風車(ドンキホーテ)

最近の趣味は下手なゴルフと松山ワインクラブ(昭和55年発足)でワインを嗜む事、海外旅行(まだ15回)です。40代にしたスクーバダイビングにもう一回挑戦したいと思いつつ、結局怠惰な日々となりそうです。

◇ 坂下 良一 (松山市 H10年退)

NTTを退職して早や18年になりました。今年は、後期高齢者になります。

今は毎日コナミススポーツクラブに朝10時から13時まで体を鍛えています。昼からは若草にあるOBサロンで碁を打って、ボケ防止に努めています。月1回のゴルフも足腰が痛むため、薬を飲みながら皆と楽しくやっています。

◇ 四宮 恭治 (吉野川市 H12年退)

6回目の年男です。一昨年完全退職し、拘束のない生活にやっと慣れました。



千早城巡り記念(H28.4.16)

さて、我家的には、93才の母親の介護、孫達の応援等があります。個人的には、俳句と吉野川市文化協会活動の充実、時折の百名城巡り(1/4了)をと考えております。これらも健康あつての物種で、日々のウォーキングにも心掛けたいと思っております。

終わりに、日頃ご無沙汰の電友会の皆様方、今後ともよろしくお願い申し上げます。

百名城巡りの駄作を一句。

来し方の匂い混じりて夏天守 恭治

◇ 清水 茂昭 (観音寺市 H26年退)

Uターンして第二の人生(高齢の父と妻と三人の生活)は、2年余が過ぎやっと落ち着きと進歩を感じる日々となりました。

毎月の生活スタイルは、①公民館活動(子

供の絵画・工作、

大人の絵手紙等教室)のお世話のため、毎週土曜の常駐、②趣味の面では、月3回の俳句会参加(1回は集合、2回は郵送投句)と月3回の定例ゴルフコンペ参加、③健康面では、家内と共に毎週金曜・夜の体操教室通い(2時間びっちり)④外出のない晴れの日、自給自足に資する農耕従事です。

人が善いのか、頼まれると断れない性格の弱さから、退職者の会の事務局長や自治会、民生委員・等々、引き受け過ぎて時間的余裕もなく後悔しつつ頑張っています。

◇ 下河 進 (高松市 H22年退)

退職後は、健康で趣味を楽しみ、老いの青春を謳歌したいと思っていたが、現実には甘くなかった。私生活では、親父から相続した松盆栽400本の管理、メダカ3000匹の世話に振り回



日光華厳の滝の前で

され、最近買った黒のトイプードルが手枕で寝てくれるのが唯一の癒しです。

◇ 下村 敏則 (南国市 H24年退)

退職して早や4年が経ちましたが、元気いっぱい生活しています。家庭菜園では、白菜、玉ねぎ、大根、ホウレン草、春菊、ブロッコリー等の世話で大忙しです。

さらに日蓮正宗を信仰しています。宗教に興味のある方は電話090-8973-1993まで連絡ください。皆さん体に気をつけて、生活を送ってください。

◇ 新開 公男 (鳴門市 H25年退)

脳梗塞を発症し(平成23年9月)5年が経ちました。

現在は毎日テレビの番をしています。「歩行は一日三千歩」の目標達成に向け、毎日歩いています。目標は達成出来ず悩んでいます。何か良い方法があれば教えてください。



◇ 鈴木 洋 (東温市 H9年退)

知らぬ間に75才になってしまいました。

1999年の春に松浦弘先輩から女子ソフトボールチーム「小野クラブ」の監督引継を要請され、現在も続けています。



この間選手のおかげで山形、江戸川河川敷等レディスの全国大会へ7回行って来ました。連れて行ってもらったというのが正しいかも・・・。

地域では自治会の雑用、老人クラブの体育部長、会計係を務め毎日忙しい日々を送っています。

◇ 須原 敏臣 (小松島市 H17年退)

ほぼ毎日プールに通い、500m程度泳いでおります。最近はバタフライとクロールを主として練習しております。

特にバタフライは、肩の柔軟性が求められることから、ストレッチを欠かさずに行っており、幾分その効果が現れているところです。水泳は、ゴルフのように道具とか、風とか、

自分以外に責任を押し付けられないスポーツであり、言い訳の出来ないところが好きな理由の一つかもしれません。ともあれ、楽しみながら上達することを目標にしております。

◇ 田岡 晃 (新居浜市 H13年退)

退職後、大型と二種の運転免許を取得し、愛媛近鉄タクシー(株)に再就職しました。現在、新居浜支店に勤務しておりタクシー乗務の他に、県内外の観光や地元企業の役員送迎等の仕事をしています。

一日おきですが勤務は早朝から深夜になることから、これまで総会や地域連絡協議会や行事の案内を頂いても参加することが出来なくて大変申し訳なく思っています。

今は妻と二人暮らしですが連休等には4人からの「じいじ」を楽しんでいます。



◇ 高原 康裕 (木更津市 H19年退)

千葉・木更津に移住して早や3年8カ月になる。東京に住んでいる息子からこっちで住まない?その方が都合が良いし、来るのだったら元気なうちにこちらに慣れて、旅行や食

事、買物を楽しんだ方が良いと思うと誘われた。気遣いが嬉しかったしそれも良いかと思った。

徳島では毎日のように釣りに出ているが今は100坪程度の畑で家庭菜園、野菜の時間や本を見て35種類余りの野菜を作っています。東京からは息子や孫達が、四国からは友人達が泊まりがけで来てくれて楽しい日々を送っています。

◇ 遠山 廣 (丸亀市 H21年退)

退職し7年目です。亀友会に参加し、清掃やハイキング等々に参加しています。

ゴルフも運動不足のためか全く上達しません。野菜作りでは、暑い寒い雨天等、理由をつけさばり気味ですが、そら豆や玉葱、イチゴ等植付けました。

1時間程の散歩では、市街地の商店街が寂れる一方、郊外の大型店舗周辺に新築住宅が急増しています。空き家も目立ってきました。街の変化とともに、健康で楽しい老後を通じたいものです。



◇ 遠山 美弘 (丸亀市 H20年退)

NTTを退職して9年目になりました。今は、テルウエル香川で頑張っています。

私の家族は、娘夫婦・孫2人の4人、息子夫婦孫1人の3人、私と嫁の2人で合計9人の家族になっています。毎週土・日曜日は、孫の相手で忙しいし、また楽しい日々を過ごしています。

テルウエルもそろそろ終わり、老後をいかに楽しくしていこうかと考えているところです。是非先輩の皆様に教えて頂きたいと考えています。

◇ 富田 聰 (東かがわ市 H21年退)

今年、古希を迎えました。

近頃、五感の視覚、聴覚の衰えを感じています。

また、洗髪後のヘアートニックが、髪を素通りすることが年々多くなりました。

しかし、これからの人生を前向きに「歳を重ねても、夢・意欲は歳をとらない」との言葉を書き留め、元気で過ごしたいものです。



◇ 濱崎 省二 (松山市 H18年退)

40年近く続けてきた趣味のテニスで、健康維持と、交流を楽しんでいます。

日本シニアテニス連盟(男子60才以上女子50才以上の全国組織で会員約12,000人の愛媛及び四国支部の役員として各大会の企画・運営に携わっています。

NTT時代の同僚、辻田則夫氏とペアで、各地の大会に出場し、優勝の美を味わっています。各大会ごとに仲間と酒を酌み交わして交流するのも楽しみの一つです。



ペアの辻田氏(右)と一緒に
主な成績
・2015.11.12 岡山オープン70才以上優勝
・2016.11.8 四国オープン70才以上優勝

◇ 檜垣 芳徳 (砥部町 H9年退)

退職してから20年、年金を受給してから15年かぁ・・・早いものだな。

私が二十代で共済組合年金を担当していた頃、年金の平均受給年数は6年に満たなかったし、男性の平均寿命も確か60歳前半であったと記憶している。

年金財政が破綻するのも道理である。高齢化社会も自分で寿命を縮める勇気もないから、せめて若者の負担にならないように生きられればなあ・・・。

◇ 弘田 和幸 (高知市 H21年退)

歳を重ねると日々が早く過ぎるとは聞いていましたが、これほど早いとは・・・『新幹線』並みですね。退職者の会のお手伝いをする以外はこれといった変わったこともなく、年相応の毎日です。

「女と金には苦労したことがない」と・・・相変わらずの「舌先三寸」で生きていますが、実情は推して知るべし。

皆さん高知に来たら声をかけてください。酒はそこそこやっていますので。



◇ 細川 充 (松山市 H19年退)

現在、松山電報サービ
スセンタでお世話になっ
ております。

今後の事を思うと、趣
味は酒では寂しいことも
あり、平成28年6月に電
友会の写真会に入会しま



した。昨年11月、社友会「秋の撮影旅行」で
山口に行きましたが、コンパクトデジカメで
はいかに惨めかを痛感したこともあり、12月
に一眼レフカメラを購入することにしまし
た。平成29年からは一歩ずつではありますが
あらゆる機会でチャレンジし、いつの日にか
「孫が喜ぶ」写真が撮れるように頑張ります。

◇ 堀金 慶昭 (普通寺市 H17年退)

平成25年3月に関連会社を退職し実家のあ
る普通寺市で暮していますが、スポーツジム
で体力維持に努めつつ、観光ボランティアガ
イドとして、文化や歴史を勉強しボケ防止に
役立てています。

かがわ長寿大学卒業後もウォーキングと写
真同好会に所属して、多くの仲間と趣味を楽
しんでいます。

また、少しの畑で無農薬野菜作りとか自治
会活動など意外と忙しくて、電友会のウォー
キング同好会の例会実施日とが重なって参加
出来ない時もあり残念です。

◇ 前田 照雄 (美馬市 H22年退)

退職して6年が過ぎましたが、稲作と果樹
栽培をしながら家族5人で暮しております。

気持ちは若いつもりですが、体は年々歳を感
じてますが、大きな病気もせず健康に感謝し
ながら農作業をしております。

暇をみつけては子供達の安全を願い青パト
でパトロールをしたり、健康を願い夫婦でお
四国参りをしております。

孫の「おじいちゃん」の一声に心が癒され
日々を頑張っています。

◇ 松丸 純二 (高知市 H25年退)

退職後、契約社員として2年間お世話にな
り、平成27年3月末に完全退職しました。

退職後の1年間は、お四国巡りや読書をし
たりと気ままに過ごしていましたが、電友会
から話を頂き、昨年5月から事務局の手伝い
をさせてもらっています。

趣味は、2年前から始めたシヨギングです。

それまでは、ウォーキングや山登りを楽しん
でいましたが63才になってから走りに目覚
め、昨年は高知竜馬マラソンに初参加しまし
た。

今年も2月に開催される同マラソンに参加
する予定です。

◇ 的場 伸浩 (高松市 H25年退)

退職してから早や4年。OB会の「カラオ
ケ会」や「歩く会」に参加し楽しんでます。

また、長く使われていない、娘用のエレク
トーンがあったので20数年ぶりに弾いてみよ
うかと思ひ、コード表を探しだし、毎日20
30分の練習、その他毎日30分程度の
ウォーキングと、
忙しい日々を送っ
ています。



西表島の樹齢400年(サキシマスオウノキ)の木の根前で

そんな中、この
間「八重山諸島ツ
アー」に一人で参
加しました。夕方
自由時間があつたので石垣港近辺を散策して
いて、尖閣諸島の国有化前の歴史を刻んだ「石
碑」を発見し感動しました。

◇ 真鍋 幸 (松山市 H7年退)

退職してから21年間続けてきた民生委員・児童委員を11月で無事定年終了。孫の小学校入学を機に始めた地区小学校のみまもり隊では16年間、早起き、身だしなみに気づかい、子供達から元気をもらって一挙両得。この頃は、「高齢の方が、「子供達を見ていると元気になる」と加わります。

また、体力現状維持のため、メディカルフィットネスセンターに4月から通い始め、初心者対象レッスンを励んでいます。どちらも、体の続く限り頑張りたいと思っています。

◇ 三木 一義 (高知市 H23年退)

完全退社から約1年が経ちました。当初はこれもやり、あれもやりと浅はかな考えを持ち、週休7日を楽しみにしていました。が、現実には厳しい一っ(笑い)



(後列中央が本人)

現在は毎日2時間

程度のテニスを楽しんでいます。しかし、昔とった杵柄でと頑張るも、腰膝にボロが出て、

何ともならないのが現実です。これからも身体メンテナンスをやりながら「死ぬまで元気」を目指しマイペースで過ごせたらと思います。

◇ 水沼 淳三 (松山市 H10年退)

各地でイベント等があれば、天気と気分と相談しながらあちこち行っています。

最近の主な所は、大相撲巡業松山場所(10/23・県武道館)、秋季四国高校野球決勝戦(10/30・坊ちゃんスタジアム)、大王製紙工リール女子ゴルフ最終日(11/20)等を観戦しました。

また、月に1〜2度日帰りバスツアーに応募し気分転換を図っています。

◇ 村島 政子 (徳島市 H13年退)

新年おめでとございます。退職して早や15年が過ぎました。退職後グエル公園を模した我家の庭が園芸雑誌に掲載されたのを機にガーデニングを始め、続けています。



他に10年程度前にネットで初心者向け俳句の講座に申込をしたところNTTの先輩が多数おられる結社だったので。おかげで休みがちになりそうなのを激励してくださり何とか続いています。

写真は吟行かねてバラ園に出掛けた時のものです。一病息災で何とか一生終えたいものです。皆様もお元気で。

◇ 村田 順一 (香南市 H28年退)

いつでも釣りに行けると退職を楽しみにしていたところ、妻が4月から仕事に行くと言出し3人の孫の守りを断ることも出来ず、引き受け毎日、保育園、病院等の送迎で欲求不満はピークのこの頃です。

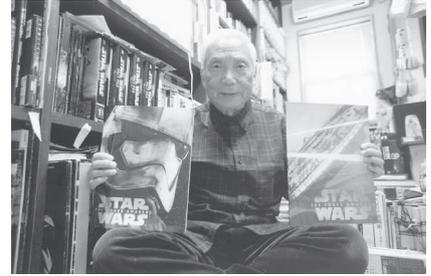
医者から高血圧以外悪いところは無いとのこと。昨今野菜の高値が続いていますが、菜園の面積を広げ、贅沢な食生活を楽しんでおり、健康維持と不満解消をし過ごしております。



◇ 森住 斉 (徳島市 H10年退)

私は若い頃から映画「スターウォーズ」シリーズの大ファンです。78年に始まったこの

シリーズは05年に完結。全6作。淋しい思いをしているところ、なんと15年12月に「スターウォーズ フォースの覚醒」が上映され、新シリーズが再スタートしました。



「スターウォーズの覚醒」のパンフレット。左が限定、右は普及版

さらにうれしいことにこれが16年から20年まで毎年1作が公開されるという（16年12月「スターウォーズ ローグ・ワン」上映）。身体を悪くしてしまっただけは見続けることは出来ません。頑張らなくっちゃ！

◇ 山岡 和三 (香南市 H22年退)

自営業をしています。住居から14kmの山里にある生家で、食堂の許可を取って6年になり、年間100人程度食事に来てくれます。近くで採れる筍や山菜で食事を提供しています。

今年はお菓子の許可を取って、お菓子の製造販売もしてみたいと密かに企んでいます。メンテや準備等で毎日車を運転します。で、子供を見たら徐行。民家の前で駐車中の

車の横、自転車の横等、徐行・徐行・徐行して、安全運転をしています。

◇ 和田 由美 (高知市 H26年退)

私は今 のんびりと暮しております。時に親しい友人達とおしゃべりしながら、美味しいものを頂き、季節を感じてのドライブや山歩き等、ささやかな楽しみです。色々あってもケセラセラと笑顔でいきたいものです。

以前、大きな病気をした事もあり無理をしない丁寧な生きるをモットーに、普通がいい平凡でいい。とまるで誰方かのカレンダーのような心境です。

今年も西年、福をトリ込み皆様がハッピーな一年でありますように。



敬老の日に5才の孫からのプレゼント

俳句

「徳島眉秋俳句会」(徳島)

- ・ ロボットと 握手をしたる 文化の日 大住 清美
- ・ 煌めきは 家並みの灯火 冬隣り
- ・ 清貧の 生計に負けず 一葉忌 加治 道子
- ・ 対州馬 草ねだり来る 息白く
- ・ 落葉踏む 村は灯ともす 刻となり 日開 桃花
- ・ 冬うらら 西陣織師 爪をとぐ
- ・ 日向ぼこ 二人の影絵 寄り添いて 平井 孝子
- ・ ひとりの餉 香り立ち来る おでんかな
- ・ 遙かには 海のひろがり そばの花 山田 昌代
- ・ 秋晴れや 手編み短く 初乗馬
- ・ 俯瞰する 瀬戸の島々 小春風 吉岡 由子
- ・ 熱燗や 七人の敵 忘じたり
- ・ ふる里の 山河に抱かれ 冬にいる 和田 偕子
- ・ 甦る 夫の旅信や 秋落暉

高齢者叙勲



☆瑞宝双光章 山本 皓様(松山市)
 ☆瑞宝双光章 菅野 益男様(松山市)
 ☆瑞宝双光章 山本 光弘様(今治市)
 ☆瑞宝双光章 眞鍋 晃様(宇多津町)
 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

☆ 瑞宝单光章 田中 光雄様(松山市)
 H28・10・10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)
 (愛媛県)

| | | | | | |
|---------|----|----|----|----|-----|
| 山崎 昌司 様 | 28 | 2 | 29 | 83 | 松山市 |
| 宮地 聖 様 | 28 | 3 | 24 | 88 | 松山市 |
| 新田 松良 様 | 28 | 4 | 15 | 86 | 松山市 |
| 松下 正 様 | 28 | 7 | 20 | 87 | 松山市 |
| 榎垣 博 様 | 28 | 7 | 29 | 90 | 松山市 |
| 福田 幸生 様 | 28 | 9 | 14 | 91 | 松山市 |
| 上田 進 様 | 28 | 10 | 4 | 87 | 松山市 |

| | | | | | |
|---------|----|----|----|----|------|
| 大隅 邦光 様 | 28 | 11 | 8 | 82 | 東温市 |
| 佐治 新二 様 | 28 | 11 | 8 | 70 | 松山市 |
| 天野 正則 様 | 28 | 11 | 20 | 68 | 松山市 |
| 中矢 幸美 様 | 28 | 11 | 22 | 93 | 松山市 |
| 井手 清孝 様 | 28 | 11 | 27 | 92 | 松山市 |
| 田中 昇 様 | 28 | 9 | 2 | 91 | 高松市 |
| 久米 実 様 | 28 | 9 | 14 | 98 | 高松市 |
| 居石 久幸 様 | 28 | 9 | 23 | 89 | 高松市 |
| 六車 幸年 様 | 28 | 10 | 21 | 87 | さぬき市 |
| 谷口 弘子 様 | 28 | 11 | 8 | 72 | 多度津町 |
| 佐藤 實 様 | 28 | 11 | 24 | 97 | さぬき市 |
| 松尾 礼徹 様 | 28 | 12 | 2 | 78 | 高松市 |
| 杉野 三勇 様 | 28 | 12 | 4 | 84 | 高松市 |
| 長尾 久子 様 | 28 | 10 | 23 | 85 | 徳島市 |
| 毛利 妙子 様 | 28 | 11 | 18 | 89 | 徳島市 |
| 岡山 朝江 様 | 28 | 11 | 22 | 78 | 徳島市 |
| 西原 進 様 | 28 | 12 | 2 | 89 | 徳島市 |
| 井筒 正義 様 | 28 | 12 | 11 | 80 | 徳島市 |
| 山野上 堯 様 | 28 | 5 | 15 | 86 | 高知市 |
| 楠目昭一郎 様 | 28 | 9 | 28 | 87 | 安芸市 |
| 島崎 八重 様 | 28 | 10 | 3 | 84 | 高知市 |
| 藤岡 登 様 | 28 | 10 | 17 | 87 | 高知市 |

表紙の言葉

道後温泉本館

道後温泉の中心にある出湯です。傷を負った白鷺がこの湯で傷を癒したという伝説の残る日本最古といわれる名湯で、別名「坊ちゃん湯」の愛称でも親しまれており、1994年国の重要文化財に指定されています。また、おなじみジブリ映画「千と千尋の神隠し」に出て来る油屋のモデルとしても有名です。今年愛媛で開催される国体終了後、大規模な耐震改修工事が予定されています。

編集後記

まだまだ寒さも続きます。会員の皆様、今年も元気で頑張りましょう。

四国電友会会報 第百七十七号

発行 平成二十八年十月
 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

| | | | | | |
|---------|----|----|----|----|-----|
| 隅田 俊佑 様 | 28 | 10 | 18 | 82 | 津野町 |
| 森岡 勲 様 | 28 | 11 | 30 | 95 | 室戸市 |

NTT西日本松山病院からのお知らせ

日頃は、NTT西日本松山病院をご利用いただき誠にありがとうございます。当院では、平成29年3月から5月までの期間限定で、電友会会員の皆様に、お気軽に通院ドック受診いただけるよう、割引価格でのご提供をご案内いたします。

NTTを退職された方（ご本人・ご家族）に限り、通常料金の約20%引きで通院ドックを受診いただけます。

なお、検査の準備等もありますので、ご希望の受検日の2週間前までにお申し込みいただきますよう、お願いします。

通常：男性・女性（基本メニュー）

37,800円(税込)

約20%
OFF

**ご本人・ご家族に限り
29,900円(税込)**

【基本メニュー】

- ・診察、身体測定
- ・脂質代謝
- ・肝、胆、膵機能
- ・糖代謝
- ・血液一般
- ・腎機能
- ・炎症、感染
- ・肝炎ウイルス検査
- ・尿検査
- ・胸部X線
- ・心電図検査
- ・腹部エコー
- ・便潜血検査
- ・バリウム検査

※平成29年3月～5月までに受診された方に割引適用です。

※是非、オプション検査もご利用ください。

※電話予約は、診療日の午後1時～午後4時の間をお願いします。

◇所在地 〒790-0802 松山市喜与町1丁目7-1 TEL (089) 936-2499

◇ホームページ <http://www.ntt-west.co.jp/matsubyo/>

【オプション項目】

| 検査項目 | 内 容 | 料金(税込) |
|-------------|---|----------------|
| 乳がん検診 | 乳房視触診、乳房X線撮影で異常の有無を診断します。 | 5,400円 |
| 子宮がん検診 | 子宮頸癌検査を内診と細胞診検査で診断します。 | 3,240円 |
| 骨密度検査 | 微量のX線を腕の骨に照射して骨の成分(骨密度)を測り、骨粗鬆症の有無を診断します。 | 1,512円 |
| 胸部CT検査 | 肺がんのより精度の高い診断のためにコンピュータ断層撮影をします。 | 15,768円 |
| 頸動脈超音波検査 | 超音波によって頸動脈の壁の厚さを測定し、頸動脈の動脈硬化の程度を評価します。 | 3,780円 |
| 血圧脈波検査 | 手足の4箇所に血圧計を巻き検査します。動脈の硬さや狭窄を評価し、血管年齢を推定することができます。 | 1,620円 |
| 内臓脂肪検査 | コンピュータ断層撮影を行い、内臓脂肪面積を測定します。 | 3,240円 |
| アミノインデックス検査 | 血液検査で、胃、大腸、肺、膵、前立腺(男性)、乳・子宮頸癌(女性)がんのリスク(可能性)を評価します。 | 24,300円 |
| 眼圧検査 | 緑内障のスクリーニング検査です。 | 1,080円 |
| 甲状腺超音波検査 | 超音波によって、甲状腺疾患の有無を調べます。 | 3,240円 |
| 甲状腺機能検査 | 血液検査で、甲状腺のホルモン量(TSH, TT3, FT4)を調べます。 | 6,480円 |
| 肺機能検査 | 肺が正常に働いているかどうかを調べます。肺年齢を推定することができます。 | 1,728円 |
| ペプシノゲン検査 | 胃粘膜の萎縮の程度を血液検査で調べます。ピロリ菌検査と組み合わせると、胃がんのリスクを評価できます。 | 2,160円 |
| 血中ピロリ菌抗体検査 | ピロリ菌感染があると胃がんの発症リスクが高くなります。血液検査でピロリ菌感染の有無を調べます。 | 2,700円 |
| 腫瘍マーカー検査 | CEA(大腸がんの検査)、AFP(肝がんの検査)、PSA(前立腺がんの検査)等 | 各2,000円～3,000円 |
| 胃カメラ検査 | 上部消化管の内視鏡検査 基本検査のバリウム検査料との差額として右の料金を追加(月・水のみ) | 4,590円 |

～オリーブ高松メディカルクリニックからのお知らせ～



人間ドック健診コースの1日・2日ドックに限ります。追加されるオプションは割引対象外となります。

当クリニックでは、長年OB様向けの割引を実施しておりますが、引き続き、皆様によりお気軽に通院ドックを受診していただけるよう、特別価格でのご提供をご案内いたします。

NTTを退職された方及びそのご家族の方は、通常料金の約20%引きで、ご紹介の方は、同日受診に限り15%引きで通院ドックを受診していただくことができます。



日頃からお元気でご活躍のことと存じますが、この機会に、お体のヘルスチェックを通して、ますますの健やかライフへの足がかりにいただければと思います。なお、検査の準備等ありますので、少なくとも、ご希望の受検日の1ヶ月前までに、お申し込みいただきますよう、お願いいたします。



「人間ドック・健診施設機能評価」認定施設です。
※平成17年に四国初の認定施設となり更新を続けています。

医療法人社団如水会 オリーブ高松メディカルクリニック
理事長 福井 敏樹

◇所在地 〒760-0076 香川県高松市観光町649-8

◇受付 TEL (087) 839-9630 FAX (087) 802-2558

◇ホームページ <http://www.olive.clinic>

読み終わった本(不要書籍等)や書き損じハガキなどご家庭で眠っていませんか?



不要書籍・ハガキのご寄付を!!
お願いします。

日本公衆電話会の行っています社会貢献活動に役立てます。
(名称:日公会ブックチェンジプログラム)

◆ 読み終えた本などをお金にかえて寄付するしくみ ◆

【電友会会員様】

古書・ハガキなどを 寄 付



- ①不要な書籍(古本)を段ボールに詰めます。
- ②書き損じハガキは、年賀状以外でもOKです。

注【買取できないもの】

- ・ISBNバーコードがない本
- ・百科事典、新聞、マンガ雑誌
- 一般雑誌 等

[参考・ISBNバーコード]



ISBN978-4-1234-5678-9

古書等送付準備

- ①図書寄付申込書の署名欄にサイン願います。(贈与承諾)
- ②申込書を段ボールへ同封します。



申込書送付 ②

公益財団法人
日本公衆電話会
(四国統括支部)
へ申込書送付依頼

(公財)日本公衆電話会
四国統括支部 事務局
☎ 089-936-2378
FAX 089-945-7172

〒790-0001 松山市一番町4-3
NTT西日本愛媛支店内
[担当] 西本 龍太郎・菅 雅 夫

③

④

集荷

古書5冊から送料無料
(ハガキだけは有料)

古書等買取業者
(株)バリューブックス
へ電話・申し込み

- ①(株)バリューブックスに電話し、「日公会ブックチェンジを申し込みたい。」とお伝えください。
- ②「ヤマト運輸」が集荷に伺います。

《(株)バリューブックス電話受付》
0120-826-295
[月~土]10:00~19:00
[日]10:00~17:00

①(株)バリューブックスは、一般市場で売却した金額を日公会に寄付。

②日公会は、社会貢献活動に役立てます。
(社会福祉団体等へ寄贈)

公益財団法人 日本公衆電話会の社会貢献活動

注)ハガキは、本5冊以上とセットで封入してください。

私たちは、地域社会の安全と安心に関する情報提供と、健全な地域社会の充実に関する公益事業を推進しております。現在の主な社会貢献活動は下記のとおりです。

- ①小学生を対象とした「こども手帳」の発行・小学校への贈呈
- ②「災害用伝言ダイヤル(171)」等の認知啓発活動
- ③小学生等を対象に「公衆電話教室」の開催
- ④公衆電話や避難場所等を載せた「公衆電話マップ」の発行
- ⑤その他、地域の安全・安心に貢献する事業や社会貢献活動(福祉施設慰問、地域環境クリーン等)

NTTグループご退職者だからこそその割引!
取り扱いはさらに保険サービスだけ!!

NTTグループ団体扱 自動車保険

 あんしん太助

新規お見積もり
キャンペーン
実施中!!

NTTグループのOBの
皆様なら団体扱割引で

33.0%
OFF

娘の車も安くなって
助かりました!

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 **33.0%** 割引

*1 平成28年11月1日から平成29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。

お見積もり依頼(無料)された方や、お見積もり依頼(無料)される方をご紹介いただいた方に
**ハーゲンダッツ ミニカップ ギフト券を
もれなくプレゼント!** 平成28年12月1日(木)▶平成29年3月31日(金)
*1枚でお好きなハーゲンダッツミニカップ2個とお引き換え可能。



こちらで
お見積もりを
ご依頼ください。



きらら保険

検索

<http://www.ki-ra-ra.jp/>



スマートフォンから



ご応募にあたってのご注意 ■住所・氏名等の個人情報、及びご提出いただいた自動車保険証券・車検証の写しは、当社が責任をもって管理いたします。 ■ご住所・移転先の不明等で、ご連絡やプレゼントのお届けができない場合は、無効とさせていただきます。 ■プレゼントの写真はイメージです。変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。 ■プレゼントは1台の車で1つのみとなります。同じ車でホームページ(パソコン・スマートフォン)・FAX等、複数からのご応募の場合でも、いずれか1つのご応募と見なします。 ■ご応募いただけるのは、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「ノンフリー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。

<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-T18797(平成28年10月作成)