

四国電友会会報



《“昭和63年に開通し、ちょうど30年を迎えた瀬戸大橋” 渡辺伸一さん(東かがわ市)》

第186号

平成31年4月

目次

| | |
|----------------------------|----|
| NTTグループの動き | |
| ・退職者交流会模様(高知・香川・徳島・愛媛) | 2 |
| ・愛媛マラソンへの参加(愛媛) | 5 |
| お知らせ | |
| ・長寿番付 | 6 |
| ・各県電友会総会のご案内 | 8 |
| ・女性会議の開催(徳島・愛媛・香川・高知) | 8 |
| ・新入会員紹介 | 10 |
| 支部だより | |
| ・地域交流会の開催模様(愛媛) | 12 |
| ・年会費の納入について(愛媛) | 13 |
| ・親睦旅行のお知らせ(愛媛) | 13 |
| ・第4回趣味の作品展の開催について(香川) | 14 |
| ・第29回「地球33番地記念式典」に参加(高知) | 14 |
| ・イベント情報 | 15 |
| ドキュメント | |
| ・70の青春(香川) | 17 |
| 健康のページ | |
| ・私の健康法(徳島) | 20 |
| ボランティア紹介 | |
| ・「徳島電友会ボランティア活動」への取り組み(徳島) | 20 |
| 私は今 | |
| ・会員のみなさんの近況 | 21 |
| 俳句 | 25 |
| 高齢者叙勲／物故者叙勲／敬弔 | 25 |

NTTグループの動き

★退職者交流会模様

〈高知〉

おめでとうございます

電友会幹事のお二人にNTTから感謝状

NTT高知支店とOBの交流会「NTT西日本グループ退職者交流会in高知」が、2月18日(月)高知市の三翠園ホテルで退職者78名はじめ89名が参加して開催されました。

この席で、長年にわたり電友会役員として活躍し電信電話事業の発展に貢献したとし



《大須賀さん・氏原さん・山神支店長》

て、高知電友会副会長の氏原功さん(香南市)と同幹事の大須賀英男さん(高知市)に、NTT西日本から感謝状が贈られました。

感謝状はNTT西日本高知支店山神支店長から記念品と共に授与されました。

お二人の長年の活動に心より感謝申し上げます。誠にありがとうございました。

表彰の後山神支店長から「NTTの事業動向等について」のお話をお聞きした後、昼食を兼ねた懇親会となりました。

高知電友会井上会長の乾杯の首頭で始まった約2時間の交流会は、久しぶりに顔を合わせたOB仲間が笑顔で旧交を温めていました。

(松丸純二 記)

〈香川〉

NTT西日本香川支店主催による「2018年度退職者交流会」が2月20日(水)高松市のJRホテルクレメント高松で開催され、香川県在住のOB・OGが80名とNTTグループ各社の代表者10数名が参加しました。

交流会は第一部と第二部とからなり、第一部は「生物は死ぬのが当たり前？」と題して、早稲田大学名誉教授の池田清彦先生から講演がありました。

池田先生は人気テレビ「ホンマでっか!?T



《表彰される上枝さん》

V」にレギュラー出演されていて、専門の生物学分野のみならず、科学哲学・環境問題・生き方論など幅広い分野を論じられるとともに昆虫採集マニアという一面も持たれています。講演では癌治療に関するユニークなお話と動物の寿命の不思議なお話などを軽妙な感じで見せてついつい引き込まれました。

第二部は「主催者あいさつ及び事業動向説明等」と題して西川香川支店長から最近のNTT事業動向のお話があり、NTT西日本グループの決算概要では今年度も黒字基調が続く事、またトピックスとして、「農業用水管理×ICT(水量の遠隔監視・遠隔制御)」

についてビデオによるご説明をされました。続いて、長年にわたり電友会役員として活躍し電信電話事業の発展に貢献したとして、香川電友会副会長の上枝文敬さん（高松市）と同幹事の山田蕃さん（高松市）にNTT西日本・香川支店長から感謝状と記念品が贈呈されました。

その後、懇親会に移り、香川電友会大西会長から退職者交流会開催にあたっての謝辞等を述べられ乾杯の発声により始まりました。

約90分間の懇親会は久しぶりに顔を合わせたOB・OG仲間の元気な話し声やNTT幹部の方々との情報交換で大変盛り上がり、あ



《表彰される山田さん》

つという間に楽しい時間が過ぎました。最後に香川退職者の会千田副会長による中締め乾杯でお開きとなりました。退職者交流会に携わって頂いた香川支店の関係各位へ感謝を申し上げて、来年も開催の程よろしくお願ひ申し上げます。会員の方で今年参加出来なかった方も来年は是非参加されては如何でしょうか。

〈徳島〉

電友会役員2名にNTTから感謝状

長寿者（米寿）2名にNTTから花束の贈呈！

徳島退職者交流会が、2月27日(水)、グランドパレスホテル徳島で開催されました。

退職者83名、NTT西グループ会社幹部等総数97名の参加者がありました。

東根源二さんと

西野信男さんが、長年にわたり電友会役員として活躍され電気通信運営に多大の貢献に対して四国事業本部長表彰を川口NTT



《東根源二さん》

NTT徳島支店長から感謝状の贈呈がありました。

又、長寿者祝い（米寿）内村輝男さんと、佐藤幸男さんに対してNTT川口支店長から花束が贈呈されました。

支店長から、NTTの事業動向等についてのお話があり、植田電友会会長の乾杯の首頭で懇親会が始まりました。

この後、保健師さんによる「ロコモティブシンドローム」予防等のバランス能力をつける片脚たち、下肢筋力をつけるスクワット等の実践講演があり、約2時間余り久しぶりの再会等旧交を温めな



《佐藤幸男さん》



《内村輝男さん》



《西野信男さん》

が楽しい一時を過ごさせて頂きました、最後にNTT労組退職者の坂本会長の中締めでお開きになりました。今回参加できなかった方も来年は新元号での開催ですのでより多くの参加をお願いいたします。

〈愛媛〉

NTT西日本愛媛支店主催による平成30年度NTT西日本グループ退職者交流会が2月28日(木)よつ高島屋9Fロースホールにおいて愛媛県在住の130数名のOB・OGとNTTから伊藤愛媛支店長をはじめNTTグループ各社の代表者20名の総勢150数名参加のもと開催されました。

開催にあたり、四国事業本部長兼務の伊藤支店長より、『退職者の皆様と共に歩むNTT西日本グループ』と題し、最初にご自身の出身地である名古屋市と松山市の似ていると感じられていることとして松山城と名古屋城、名古屋港と松山三津浜港で行われる花火大会等について話され、トピックスとしてこの度松山三番町に建設された三番町ビル(日本全国のコールセンター業務を取り扱い、現在は約600名が従事し将来的には1,000名規模になる予定)についてTVニュース

を交え、さらにNTT愛媛支店の環境整備(ビル北側への自転車置場の設置、トイレ等の改修等)についても紹介され、最後にNTT四国事業本部の収支状況について平成30年度も昨年に引き続き黒字であり、次年度も黒字化達成の見込みである旨のご挨拶がありました。

続いて、NTT

事業の発展及び電友会活動に貢献のあった松山市の武田喬之様と伊予市の渡部俊三様へ愛媛支店長表彰として感謝状と記念品を、そして本日の交流会に参加している方々の中で米寿(満88才)を迎えた芳野運様、山内弘識様、泉正祐様へ花束を贈呈して頂き懇親会に入りました。

懇親会のスタートは小田愛媛電友

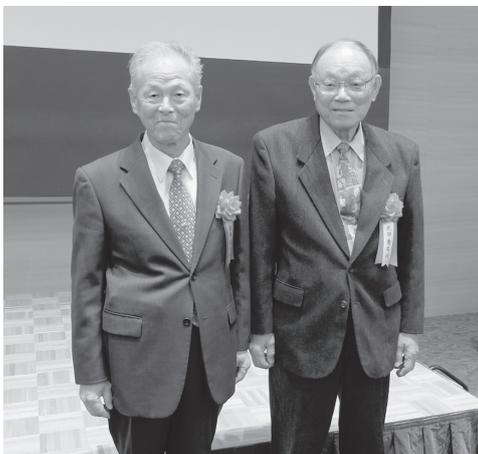


《米寿を迎えられた芳野さん、泉さん、山内さん(右から)》

会長により退職者交流会開催にあたっての謝辞等を述べられ乾杯により始まりました。懇親会は昨年に増して豪華になったお料理のせいか各テーブル毎に1年ぶりの再会を喜びあったり旧交を温めたりして会話が弾み、NTTの幹部の方々とも意見交換を行う等お酒が間に合わない程に大変盛り上がった交流会でありました。

最後に愛媛退職者の会の尾崎会長による中締めにより帰路の途につきました。

退職者交流会開催に携わって頂いた愛媛支店の関係各位に感謝を申し上げ、愛媛支店主催のOB交流会模様の報告とします。



《表彰された渡部さん(左)と武田さん(右)》

★第57回愛媛マラソンにNTTグループ社員が多数参加しました

去る2月10日(日)、今年も愛媛マラソンが開催されました。

前日までの雨が心配されましたが、当日は北からの強い風は吹くものの、快晴のマラソン日和となりました。

今年の愛媛マラソン参加総数は10,318人。今年もNTT西日本グループ社員が多数参加しており、県内外から参加したランナーと一緒に熱く盛り上がりました。

スタート前には、愛媛支店ビルにグループ社員ランナーが集まり、エントランスでス



《沿道の声援に応えるランナー》

レッチャ仲間との決意表明等が行われま

した。社員ランナーのサポートになれば

と、社員サポーターの働きにより、愛媛

支店ビルの1Fエントランスと応接室等を解放し、体が冷えないように暖房器具、更衣室、ストレッチコーナーを用意し、軽食やスポーツドリンク、冷却スプレーなどを提供しました。

今年も、例年のおそろいのTシャツに加え、みきゃんのデザインのステッカーも用意され、社員ランナー達は胸や腕に貼り、記念に持ち帰る社員もいました。

愛媛支店は愛媛マラソンには地域に密着する企業として協賛しており、今大会にも大会パートナーとして協賛をいたしました。

愛媛マラソンは、「坊ちゃん列車の汽笛に見送られ、瀬戸内海の美しい風景と海風を感じて、コース上では、途切れない応援が選手を後押ししてくれる。」と、地域色あふれるマラソン大会として高く評価されています。これからも愛媛、松山を代表するイベントとして盛り上げていきたいものです。



《みきゃんのステッカー》

今大会に参加した社員ランナーからは、「まったく結果はついてこず、皆さんの結果でしたが、今は原点に戻って参加させてもらったことに満足しています。マラソンは、本当に奥深いスポーツです。もうしばらく50歳くらいまでは、あがき挑戦したいと思います。」(NTTビジネスソリューションズ 南伊勢信さん)と、今後の課題ができた社員、目標を達成できた社員、感想は各々ですが、出走後は晴れ渡った青空と同様、清々しい気持ちになったのではないのでしょうか。



《愛媛マラソン参加のランナー》

長寿番付

| 東 | | | 寿 | 西 | | |
|-------|-----|------|------|-------|-----|------|
| お名前 | 年齢 | 居住地 | | お名前 | 年齢 | 居住地 |
| 増田幸晴 | 102 | 高松市 | 横綱 | 菊池一男 | 101 | 松山市 |
| 橋田寛一 | 101 | 南国市 | 横綱 | 山地ユキエ | 100 | 坂出市 |
| 藤本テル工 | 100 | 高松市 | 横綱 | | | |
| 横田富美子 | 99 | 善通寺市 | 大関 | 六車美一 | 99 | 広島県 |
| 松本行重 | 98 | 松山市 | 大関 | | | |
| 小野美美恵 | 97 | 丸亀市 | 関脇 | 小田清見 | 97 | 三豊市 |
| 金子初美 | 97 | 京都府 | 関脇 | 竹村節 | 96 | 宿毛市 |
| 川原政男 | 96 | 三豊市 | 関脇 | | | |
| 北田忠一 | 95 | 高松市 | 心結 | 伊藤国美 | 95 | 伊予市 |
| 濱田英雄 | 95 | 松山市 | 心結 | 田内千代子 | 95 | 高知市 |
| 宮田作兵衛 | 95 | 高知市 | 心結 | 合田始 | 95 | 松山市 |
| 森田雪乃 | 95 | 高知市 | 心結 | 西本明 | 95 | 宇和島市 |
| 片山哲 | 95 | 松山市 | 心結 | 林久男 | 95 | 松山市 |
| 大谷光雄 | 95 | 松山市 | 心結 | | | |
| 青野廣太郎 | 94 | 松山市 | 前頭筆頭 | 明野續 | 94 | 松山市 |
| 武田寿 | 94 | 松山市 | 前頭2 | 岡本進 | 94 | 松山市 |
| 小川寅雄 | 94 | 松山市 | 前頭3 | 永吉孝男 | 94 | 松山市 |
| 池田次生 | 94 | 伊予市 | 前頭4 | 岡本宏 | 94 | 松山市 |
| 上野博三郎 | 94 | 松山市 | 前頭5 | 池浦博美 | 94 | 高松市 |
| 清水健市 | 94 | 高松市 | 前頭6 | 地行祐助 | 94 | 徳島市 |
| 中川政則 | 94 | 阿南市 | 前頭7 | 樽家圓一 | 94 | 藍住町 |
| 福田貴美子 | 94 | 徳島市 | 前頭8 | 岡林綾美 | 94 | いの町 |
| 山本栄吾 | 94 | 高知市 | 前頭9 | 浜窪サワ | 94 | 高知市 |
| 片岡三代恵 | 94 | 高知市 | 前頭10 | 西本寿恵一 | 94 | 松山市 |
| 田村薫 | 94 | 松山市 | 前頭11 | 吉村きみ子 | 94 | 高知市 |
| 小林敏子 | 94 | 高知市 | 前頭12 | 田中長憲 | 93 | 東温市 |
| 桑原啓次 | 93 | 松山市 | 前頭13 | 黒河寿美恵 | 93 | 松山市 |
| 高橋紫朗 | 93 | 松山市 | 前頭14 | 梅崎日出丸 | 93 | 松山市 |
| 吉村サヨ子 | 93 | 宇和島市 | 前頭15 | 重川邦夫 | 93 | 松山市 |
| 香河喜雄 | 93 | 松山市 | 前頭16 | 六車文明 | 93 | 高松市 |
| 鈴木文雄 | 93 | 高松市 | 前頭17 | 小島安弘 | 93 | 三豊市 |
| 中原義隆 | 93 | 高松市 | 前頭18 | 菅清一 | 93 | 高松市 |
| 片岡久江 | 93 | 高松市 | 前頭19 | 岡本保次 | 93 | 小豆島町 |
| 村田花子 | 93 | 高知市 | 前頭20 | 藤川喜美子 | 93 | 高知市 |
| 森元豊子 | 93 | 高知市 | 前頭21 | 川村静枝 | 93 | 佐川町 |
| 濱田福子 | 93 | 安芸市 | 前頭22 | 中内富三 | 93 | 高知市 |

※大正14年以前にお生まれの方を掲載させて頂きました。(平成31年3月31日現在)

| 東 | | | 寿 | 西 | | |
|--------|----|------|------|--------|----|------|
| お名前 | 年齢 | 居住地 | | お名前 | 年齢 | 居住地 |
| 泊 寛 | 93 | 松山市 | 十画筆頭 | 永野 栄二 | 93 | 松山市 |
| 松浦 虎雄 | 93 | 松山市 | 十画2 | 尾崎 哲明 | 93 | 松山市 |
| 田房 ヨシノ | 93 | さぬき市 | 十画3 | 岩崎 勲 | 93 | 松山市 |
| 高木 輝夫 | 93 | 松山市 | 十画4 | 山内 昌孝 | 93 | 松山市 |
| 金田 進 | 93 | 松山市 | 十画5 | 中井 吉太郎 | 93 | 観音寺市 |
| 長町 律子 | 93 | 高松市 | 十画6 | 西川 艶子 | 93 | 高松市 |
| 大西 登美子 | 93 | 高松市 | 十画7 | 森本 政一 | 93 | 徳島市 |
| 黒部 満喜子 | 93 | 徳島市 | 十画8 | 小川 秀 | 93 | 香美市 |
| 安岡 伊佐 | 93 | 高知市 | 十画9 | 前田 邦雄 | 93 | 高知市 |
| 山本 モモエ | 92 | 大洲市 | 十画10 | 坂井 鬼子夫 | 92 | 大洲市 |
| 宮崎 忠夫 | 92 | 松山市 | 十画11 | 正岡 笑子 | 92 | 新居浜市 |
| 井出 憲博 | 92 | 今治市 | 十画12 | 馬木 重美 | 92 | 松山市 |
| 有田 アヤ子 | 92 | 松山市 | 十画13 | 土居 通雄 | 92 | 宇和島市 |
| 木内 康雄 | 92 | 松山市 | 十画14 | 二宮 愛子 | 92 | 松山市 |
| 森 正光 | 92 | 松山市 | 十画15 | 梅本 安則 | 92 | 東京都 |
| 三谷 春子 | 92 | 多度津町 | 十画16 | 鈴木 富子 | 92 | 高松市 |
| 宮武 キミコ | 92 | 高松市 | 十画17 | 神辺 光雄 | 92 | 高松市 |
| 中 勇 | 92 | 多度津町 | 十画18 | 山口 幸子 | 92 | 高松市 |
| 安井 瑛 | 92 | 高松市 | 十画19 | 日下 佳季 | 92 | 徳島市 |
| 仁田 若利 | 92 | 牟岐町 | 十画20 | 雲財 定 | 92 | 徳島市 |
| 新居 正規 | 92 | 徳島市 | 十画21 | 岩川 進 | 92 | 四万十町 |
| 福原 亨 | 92 | 高知市 | 十画22 | 住江 逸勝 | 92 | 香南市 |

※大正15年にお生まれの方を掲載させて頂きました。(平成31年3月31日現在)



お知らせ

☆各県電友会総会のご案内

みなさまのご参加をお待ちしています。

| | 開催日 | 場 所 |
|-----------|--------------------|-----------------------|
| 高 知 電 友 会 | 5月15日(水) 午後3時～ | 高知商工会館 |
| 徳 島 電 友 会 | 5月21日(火) 午前11時～ | 阿波観光ホテル |
| 香 川 電 友 会 | 5月22日(水) 午前10時～ | レクザムホール (香川県県民ホール) |
| 愛 媛 電 友 会 | 5月22日(水) 午前10時～ | 松山総合コミュニティーセンター |

☆四国の女性会議開催

〈徳島〉

テーマ「優しい茶道入門講座」塾模様について

徳島電友会女性役員による第1回女性会議(優しい茶道入門講座)塾を2月21日(木)OBSサロンにおいて、和服美人の女性役員6名(2名所要で欠席)とゲストの植田会長で実施しました。

まず女性会議の稲井リーダーの司会で始まり、最初に植田会長から会の趣旨であるこれからの高齢化社会を迎えて更なる女性総活躍時代到来に向け、電友会としても新会員の入



《華やかな着物美人6人衆》

会勸奨等の中で女性が先頭に立って頑張って頂きたい。そして多くの女性会員に加入して頂き、女性会議



やサークル活動を中心にコミュニケーションを図り、電友会に入会して良かったと思って頂く施策展開をお願いしたい。役員一丸となり全力で支援を行うので、ご協力をお願いしたい。との挨拶等があり、今回のテーマの「優しい茶道入門講座」の座学編から開始です。

①ビデオ視聴による茶道のマナー、おもてなしの心、PCによるスライドショーで主だった茶器の名称・用途等を学び、学習真価を試すお待ちかねの実践マナー編です。

お点前さん役では、茶碗の持ち方、右手左手の使い方、柄杓の持ち方、茶筌の動かし方、客への「お菓子をどうぞ」のタイミング、柄杓のお湯の量と少し残す割合等に「苦勞」、立場を変わり客役ではお辞儀の仕方、お菓子を頂く時の黒文字箸で懐紙に置いた後の拭き方、茶碗を自席に持ち帰る際の着物の裾の乱れ直し、後退時すり足、茶碗の3回程度回す方向、飲み干す回数、両隣への「お先」等配慮等々汗だくになりながらの苦痛?のマナー実習でした。

休憩後、本日の反省と次年度のテーマ等で闊達な意見のなか、多くの会員の方に興味を示す「実用創作折り紙」を、6月6日(木)13:30～16:00Bサロンで先着20名程度で実施する方向で決定しました。

女性会員の方はお友達をお誘い頂き、5月15日迄に事務局へ連絡をお願いいたします。多くの皆様の参加をお待ちしています。材料は、100均の折り紙、糊をご持参下さい。



《優しい茶道入門塾講座風景》

〈愛媛〉
女性会議として介護施設「愛松園」の施設見学を実施

愛媛電友会の第1回女性会議として、介護施設「愛松園」の施設見学を副会長2名、会員7名の松山市在住の女性9名で3月6日(水)

に実施しました。

内容は、まず

最初に三神施設

長より当施設の

事業は、①デイ

サービス②グル

ープホーム

③居宅介護支援

の3つの事業を

運営している旨

の説明を受け、続いて質疑を交わしながら施設の利用方法として、介護の認定(要支援1

～2級、要介護1～5級)を受けなければ利用

できないこと、そしてグループホームの利

用は認知症の認定を受けてなければ利用でき

ないことを理

解することが

出来ました。

続いて、施

設見学として

談話室や入浴

施設等を見て

回り、介護施

設についてこ

れまで知らな



《グループホーム見学》



《三神施設長の説明を受ける参加者》

いことを沢山学

ぶことが出来ま

した。今回の施

設見学は当初1

時間を予定して

いたのですが参

加者全員から近

い将来に利用す

ることを思っ

て非常に熱心な質疑及び施設の見学であったため予定時間をオーバーする位に大変盛り上がった見学でありました。

その後、場所を変えて昼食を取りながら意見交換を行い、その中で参加者全員が今回の施設見学が大変有意義に感じたので、今後も継続して開催してほしいので、お互いが何を

するか意見を出し合って電友会とも連携して開催していくことを確認し、散会しました。

〈香川〉

健康体操の開催を検討中。

〈高知〉

2019年度から女性メンバーが高知電友会に集まり、「お元気ですかコール」を実施

予定。

予定。



《見学に参加された皆さん》

●●●新入会員紹介●●●

【徳島県支部】 ご入会を心から歓迎いたします。(平成30年4月1日～平成31年3月31日受付分)

| 新入会員 | ①正会員入会数 | 21名 | ②無料会員入会数 | 7名 |
|---------------|-----------------------|-----|----------|---------|
| 正会員入会者は以下のとおり | | | | |
| 氏 名 | 退職時の所属 | | 退職年月 | 住 所 |
| 秋月 利 治 | NTT徳島支店 | | H13.12 | 徳 島 市 |
| 以西 富士夫 | NTTフィールドテクノ徳島 | | H31.3 | 徳 島 市 |
| 乾 保 憲 | NTTフィールドテクノ徳島 | | H30.6 | 徳 島 市 |
| 犬伏 季 夫 | NTTフィールドテクノ徳島 | | H30.3 | 上 板 町 |
| 井上 富 夫 | NTTマーケティングアクト四国116センタ | | H30.3 | 徳 島 市 |
| 江頭 弘 則 | NTTフィールドテクノ徳島 | | H30.3 | 徳 島 市 |
| 大垣 賢 二 | NTTインフラネット徳島支店 | | H30.3 | 美 馬 市 |
| 大瀬 芳 幸 | NTTマーケティングアクト徳島加入権センタ | | H30.3 | 徳 島 市 |
| 小笠 浩 二 | NTTフィールドテクノ徳島 | | H30.3 | 鳴 門 市 |
| 岡島 滋 記 | NTTフィールドテクノ徳島 | | H30.5 | 三 好 市 |
| 河野 正 人 | NTTビジネスアソシエ徳島 | | H30.6 | 徳 島 市 |
| 近藤 國 一 | NTTマーケティングアクト徳島 | | H30.3 | 徳 島 市 |
| 佐藤 悦 男 | NTTマーケティングアクト徳島 | | H30.3 | 阿 南 市 |
| 佐藤 ノブコ | 徳島情報案内センタ | | H6.12 | 徳 島 市 |
| 杉山 勤 | NTTホームテクノ四国 | | H30.12 | 吉 野 川 市 |
| 高田 正 | NTTマーケティングアクト徳島 | | H31.3 | 美 馬 市 |
| 竹重 昌 俊 | NTTマーケティングアクト徳島加入権センタ | | H30.3 | 小 松 島 市 |
| 戸川 章 | NTTファイナンス | | H30.12 | 鳴 門 市 |
| 中林 幸 治 | NTTフィールドテクノ徳島 | | H31.3 | 藍 住 町 |
| 藤原 正 義 | NTTビジネスソリューションズ徳島 | | H30.3 | 徳 島 市 |
| 山口 均 | NTTビジネスソリューションズ徳島 | | H30.3 | 勝 浦 町 |

【高知県支部】 ご入会を心から歓迎いたします。(平成30年4月1日～平成31年3月31日受付分)

| 新入会員 | ①正会員入会数 | 18名 | ②無料会員入会数 | 9名 |
|---------------|---------------------|-----|----------|-------|
| 正会員入会者は以下のとおり | | | | |
| 氏 名 | 退職時の所属 | | 退職年月 | 住 所 |
| 井上 幸 子 | NTT高知支店 | | H3.4 | い の 町 |
| 宇佐美 正 美 | NTTフィールドテクノ高知 | | H30.7 | 高 知 市 |
| 浦上 久 子 | NTTマーケティングアクト高知 | | H30.3 | 高 知 市 |
| 岡部 辰 志 | NTT高知支店 | | H13.3 | 高 知 市 |
| 織田 久美子 | NTTマーケティングアクト高知 | | H31.3 | 佐 川 町 |
| 川澤 泰 行 | NTTマーケティングアクト高知BBCC | | H31.3 | 高 知 市 |
| 川村 恭 一 | NTTフィールドテクノ高知 | | H31.3 | 高 知 市 |
| 北村 彰 祥 | NTTフィールドテクノ高知 | | H31.3 | 南 国 市 |
| 倉橋 康 信 | NTTフィールドテクノ高知 | | H31.3 | 高 知 市 |
| 問可 浩 史 | NTTフィールドテクノ高知 | | H31.3 | 高 知 市 |
| 野口 竹 志 | NTT高知支店 営業部 | | H22.3 | 香 南 市 |
| 畠中 昭 信 | NTTフィールドテクノ高知 | | H30.6 | 高 知 市 |
| 深田 容 江 | 高知電話局 運用課 | | S40. | 高 知 市 |
| 前川 千 歳 | NTTフィールドテクノ高知 | | H31.3 | 土 佐 市 |
| 松崎 一 人 | NTTフィールドテクノ高知 | | H27.3 | 香 南 市 |
| 松本文 雄 | NTTフィールドテクノ高知 | | H31.3 | 高 知 市 |
| 松本 安 正 | ネオメイト四国高知支店 | | H15.3 | 佐 川 町 |
| 森下 雅 文 | NTT高知支店 | | H14.4 | 日 高 村 |

【愛媛県支部】 ご入会を心から歓迎いたします。 (平成30年4月1日～平成31年3月31日受付分)

| 新入会員 | ①正会員入会数 | 46名 | ②無料会員入会数 | 19名 |
|---------------|-------------------|-----|----------|-----------|
| 正会員入会者は以下のとおり | | | | |
| 氏 名 | 退 職 時 の 所 属 | | 退職年月 | 住 所 |
| 阿 達 憲 政 | NTTコムウェアサービス本部 | | H17.3 | 八 幡 浜 市 |
| 天 野 多 喜 枝 | 会員家族 | | | 松 山 市 |
| 池 上 義 典 | NTTマーケティングアクト四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 石 崎 悟 | NTTフィールドテクノ四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 石 崎 優 | NTTビジネスソリューションズ四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 伊 藤 敬 司 | NTTフィールドテクノ四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 上 村 武 久 | NTTフィールドテクノ四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 大 西 孝 治 | NTTファシリティーズ関西 | | H26.3 | 東 温 市 |
| 岡 本 浩 二 | NTTフィールドテクノ四国 | | H29.3 | 東 温 市 |
| 加 地 弘 嗣 | NTTビジネスソリューションズ四国 | | H31.3 | 四 国 中 央 市 |
| 梶 原 和 也 | NTT松山病院 | | H30.6 | 松 山 市 |
| 國 見 利 光 | NTTビジネスアソシエ四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 久 保 一 | NTTネオメイト四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 小 林 茂 樹 | NTT四国事業本部 | | H30.6 | 大 阪 市 |
| 小 林 彰 次 | NTTビジネスアソシエ四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 酒 井 始 | NTTネオメイト四国 | | H30.3 | 松 山 市 |
| 定 松 博 文 | NTTネオメイト四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 芝 田 哲 男 | NTTホームテクノ四国 | | H24.3 | 東 温 市 |
| 清 水 英 一 | NTTフィールドテクノ四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 関 芳 武 | NTTビジネスソリューションズ四国 | | H30.3 | 観 音 寺 市 |
| 高 岡 博 文 | NTTフィールドテクノ香川 | | H30.6 | 久 万 高 原 町 |
| 高 橋 正 朗 | NTTマーケティングアクト四国 | | H30.8 | 松 山 市 |
| 武 智 俊 憲 | NTTアドバンステクノロジ | | H30.3 | 西 宮 市 |
| 武 智 幹 夫 | NTTネオメイト四国 | | H31.3 | 松 前 町 |
| 谷 口 栄 二 | NTTビジネスソリューションズ四国 | | H31.3 | 松 前 町 |
| 津 地 美 佐 夫 | NTTファシリティーズ関西・四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 長 井 日 出 子 | NTTマーケティングアクト四国 | | H14.5 | 松 山 市 |
| 仲 神 加 代 子 | 家族会員 | | | 伊 予 市 |
| 二 宮 志 津 江 | NTT八幡浜支店 | | H6.12 | 八 幡 浜 市 |
| 林 悦 子 | NTTビジネスソリューションズ四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 平 尾 健 司 | NTTネオメイト四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 廣 田 勝 彦 | NTTネオメイト四国 | | H31.3 | 伊 予 市 |
| 福 井 誠 | NTTフィールドテクノ四国 | | H31.3 | 東 温 市 |
| 福 岡 ス マ 子 | NTTビジネスアソシエ四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 松 岡 利 雄 | NTTファシリティーズ関西 | | H30.3 | 松 山 市 |
| 松 本 正 彦 | NTTビジネスソリューションズ四国 | | H30.3 | 西 予 市 |
| 松 本 幹 彦 | NTTビジネスフロント | | H26.7 | 松 山 市 |
| 三 浦 一 臣 | NTTマーケティングアクト四国 | | H30.8 | 松 山 市 |
| 村 上 陽 一 | NTTファシリティーズ関西 | | H29.3 | 東 温 市 |
| 山 内 明 | NTTフィールドテクノ四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 山 口 進 | NTTマーケティングアクト四国 | | H30.3 | 松 山 市 |
| 山 下 恵 子 | NTT西日本一四国 | | H20.12 | 松 山 市 |
| 弓 達 和 彦 | NTTファシリティーズ関西・四国 | | H31.3 | 神 戸 市 |
| 吉 野 恵 子 | NTTマーケティングアクト四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 吉 野 雅 治 | NTTフィールドテクノ四国 | | H31.3 | 松 山 市 |
| 吉 本 剛 一 | NTTマーケティングアクト四国 | | H30.6 | 松 山 市 |
| 脇 阪 修 治 | NTTフィールドテクノ四国 | | H30.12 | 東 温 市 |

【香川県支部】 ご入会を心から歓迎いたします。 (平成30年4月1日～平成31年3月31日受付分)

| | | | | |
|---------------|-------------------|----|----------|---------|
| 新入会員 | ①正会員入会数 | 9名 | ②無料会員入会数 | 4名 |
| 正会員入会者は以下のとおり | | | | |
| 氏 名 | 退職時の所属 | | 退職年月 | 住 所 |
| 大 西 育 行 | NTTビジネスソリューションズ四国 | | H25.12 | 観 音 寺 市 |
| 大 西 昌 昭 | NTTフィールドテクノ四国 | | H30. 6 | 坂 出 市 |
| 香 西 康 伸 | (株)ドコモCS四国 | | H30. 2 | 高 松 市 |
| 高 橋 直 子 | 四国健康管理センタ | | H30. 3 | 多 度 津 町 |
| 田 中 敏 子 | 志度電報電話局 | | S61. 4 | 東かがわ市 |
| 藤 川 美 文 | NTTネオメイト四国 | | H28. 3 | 観 音 寺 市 |
| 丸 岡 元 秋 | NTTフィールドテクノ香川 | | H30. 3 | 善 通 寺 市 |
| 丸 本 友 子 | NTTマーケティングアクト香川 | | H30. 3 | 高 松 市 |
| 山 地 齋 | NTTフィールドテクノ香川 | | H30. 3 | 多 度 津 町 |

支部だより



☆平成30年度地域交流会開催模様

平成18年から開催している東予・南予の6エリアの会員を対象に、会員間の親睦と交流を図るとともに電友会事業とNTT事業活動の情報共有を図る場として毎年開催している地域交流会模様について報告します。

今年の交流会へは、昨年に引き続きNTT四国事業本部の幹部の方及びエリアの営業支店長様の参加を頂き、NTT事業の取り組みとしてi・ビジネス市場で



《宇和島交流会に参加の皆さん》

の収益拡大、

ii. 光サービ

スの収益拡

大、iii. 成長

ビジネスの拡

大の3つを事

業の柱に取り

組み、平成30

年度も昨年の

20億円の黒字

に続き夏の豪

雨災害があつ

たにも関わら

ず前年度並み

の黒字になる

見込みである旨のお話を中心に説明され、この黒字化達成にはOB各位のこれまでのご尽力によるものでもあり、今後もこれまで同様にご支援・ご協力をお願いしますとのご挨拶がありました。

愛媛電友会からは、①会員拡大の願いとしてご近所の未加入会員への入会勧奨、②平成31年度は第8回趣味の作品展の開催年のため多くの作品を展示依頼、③エリア内でのサークル活動の掘り起こし、④毎年行っている



《大洲・八幡浜交流会に参加の皆さん》



《壬生川交流会に参加の皆さん》

NTT事業への協力施策として行っているアンケート調査等を中心に説明しました。引き続き行われた懇親会では、お酒等を酌み交わしながらNTTの幹部や営業支店長とも会話が弾み、また会員相互ではお互いの健康状況や近況について語り合ったりして、久しぶりの再会に会話も盛り上がり、次年度開催での再会を約束しながら帰路に就かれました。

6エリアの参加状況は別表のとおりです。

<別表>

| エ リ ア | 開 催 日 | 参加者数 | NTTからの参加 | 事務局からの参加 |
|-------------------|---------------|------|------------------|-----------------|
| 西 条 エ リ ア | H.30.11.28(木) | 20名 | 前川部門長 武田営業支店長 | 依光副会長 柳原事務局長 |
| 今 治 ・ 伯 方 エ リ ア | H.30.12. 1(日) | 26名 | 前川部門長 中平営業支店長 | 長井副会長 木田事務局長 |
| 宇 和 島 ・ 御 荘 エ リ ア | H.31. 2. 8(金) | 17名 | 塩見営業支店課長 | 小田会長 井ノ口副会長 |
| 大 洲 ・ 八 幡 浜 ・ 宇 和 | H.31. 3. 4(月) | 22名 | 前川部門長 緒賀営業支店長 | 小田会長 依光副会長 |
| 壬 生 川 エ リ ア | H.31. 3. 6(水) | 10名 | 前川部門長 中平営業支店長 | 柳原事務局長 |
| 新 居 浜 ・ 四 国 中 央 市 | H.31. 3.26(火) | 20名 | 前川部門長 武田営業支店長 | 依光副会長 柳原事務局長 |

☆2019年度年会費の納入について

2019年度の年会費2,500円(期間:2019年4月1日から2020年3月31日)の納入については、①郵便局の口座振替、②従来どおりの郵便局の振込通知書による方法、③現金による総会参加時や電友会事務局での納入の3つの方法がありますので、よろしく願います。

なお、新たに郵便局の口座振替を希望される場合は、事務局(柳原:089-936-2023)へご連絡下さい。

【2019年度・年会費納入スケジュール】

- (1) 郵便局の口座振替の手続きをされている方は、2019年6月17日(月)で口座引落処理を行います。
- (2) 従来どおりの振替通知書及び現金で納入される方は6月30日までにお問い合わせいたします。

☆2019年度・親睦旅行のお知らせ

2019年度の親睦旅行は、昨年6月に「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」として世界遺産に登録された上五島町にある教

会散策と玄界灘の荒波で育った美味しい魚介類や五島列島で有名な地獄うどんを食す2泊3日のツアーを計画しますので、多数の参加申し込みをお待ちしています。

なお、具体的な申込については7月の会報配布に併せて送付させて頂きます。



☆第4回趣味の作品展の開催について

隔年で実施している第4回趣味の作品展(第4回)は2019年10月下旬もしくは11月上旬に開催する予定です。(会場が予約でき次第決定します。)

開催場所は今回新たに瓦町FLAGの8階にある「市民交流プラザ」



ODE瓦町アートステーション」を予定しています。

会員及びご家族の皆様方には、出展作品の構想等の準備をお願いします。



☆第29回「地球33番地記念式典」に参加

今年も「3」にこだわる式典「地球33番地記念式典」が、さる3月3日(日)、高知市北本町の一文字公園で地元の人たち等約500人が参加し開催されました。この式典は平成3年3月3日から毎年開かれ、今年で29回目となります。

地球33番地とは、東経133度33分33秒、



《地球33番地》

北緯33度33分33秒に位置する高知市の「地球33番地」で、市内を流れる江ノ口川の中にあります。同じ数字が連なる場所は陸上では大変珍しいとのことです。

ボランティアNTT高

知OB会のメンバー14名も、NTT高知支店長はじめNTTグループ関係者ととも集合。33分間33番地周辺のゴミ拾いを行いました。



《清掃活動に参加の皆さん》

式典では、環境保全について学習している地元の昭和小学校、江陽小学校の3年生による環境標語が各クラスごとに発表されました。また今回は、33年後の江ノ口川をテーマにした絵画コンクールの結果発表も行われ、小学生の想像力豊かな作品が披露されました。

会場では地元の方たちにより、33種類の食材を入れて作った味噌汁が振舞われ、参加者には嬉しいお接待となりました。

イベントの様子はテレビ各局でも報道され、緑ジャンパーの仲間二人(國弘昭さん、関田啓二さん)がインタビューを受けました。

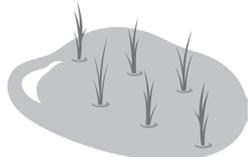
(松丸純二 記)

<イベント情報>

■電友会イベント

| | 4 月 | 5 月 | 6 月 | 第2四半期 |
|-----|---|---|--|--|
| 愛 媛 | <ul style="list-style-type: none"> サークル活動実施状況報告(4月中旬) サークル支援金交付(4月下旬) 会報186号郵送(4/10) | <ul style="list-style-type: none"> 四国地方本部総会(5/8) 役員会(中旬) 愛媛電友会総会(5/22) | <ul style="list-style-type: none"> 年会費郵便振替(6/17) 年会費納入日(6/30) 第2回作品展実行委員会(6月中旬) | <ul style="list-style-type: none"> 会報187号手配り(7月) 趣味の作品展(9月) |
| 香 川 | <ul style="list-style-type: none"> 会報186号郵送(4/10) | <ul style="list-style-type: none"> 四国地方本部総会(5/8) 香川電友会総会(5/22) | <ul style="list-style-type: none"> 年会費郵便振替(6/20) | <ul style="list-style-type: none"> 会報187号手配り(7月) |
| 徳 島 | <ul style="list-style-type: none"> 会報186号手配り | <ul style="list-style-type: none"> 四国地方本部総会(5/8) 香川電友会総会(5/21) | <ul style="list-style-type: none"> 実用創作折り紙(6/6) 年会費郵便振替(6/11) | <ul style="list-style-type: none"> 会報187号郵送  |
| 高 知 | <ul style="list-style-type: none"> 会報186号郵送(4/10) | <ul style="list-style-type: none"> 四国地方本部総会(5/8) 高知電友会総会(5/15) | <ul style="list-style-type: none"> 年会費郵便振替(6/11) | <ul style="list-style-type: none"> 会報187号郵送 |

■地域イベント

| | 4 月 | 5 月 | 6 月 | 第2四半期 |
|-----|---|---|--|--|
| 愛 媛 | <ul style="list-style-type: none"> 松山お城まつり(4/4～7) 砥部焼まつり(4/20～21) 開山桜まつり(4月上旬) 積善山三千本桜(4月中旬)  | <ul style="list-style-type: none"> いかざき大凧合戦(5/5) 今治タオルフェア(5/11～12) よしうみ町バラ祭り(5月中旬) 菊間町かわら館フェア(5月中旬) | <ul style="list-style-type: none"> 大山祇神社御田植祭(6/7) | |
| 香 川 | <ul style="list-style-type: none"> こんぴら歌舞伎大芝居(4/6～4/21) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> 瀬戸内国際芸術祭(ふれあう春)(4/26～5/26) </div> | <ul style="list-style-type: none"> 高松春のまつり(5/3～5/4) 丸亀お城祭り(5/3～5/4) |  | <ul style="list-style-type: none"> 観音寺銭形まつり(7/下旬) さかいで大橋まつり(8/上旬) さぬき高松まつり(8/12～14) |

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| <p>徳 島</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・岩脇公園桜まつり (阿南市) (4/7) ・於安パークの千本桜 (つるぎ町) (4/7) ・はな・はる・フェスタ 2019月(徳島市) (4/20～4/21) ・第18回阿波えらい こっちゃツデーウ オーク(徳島市) (4/20～4/21) ・牟岐アワビ祭り (4/27～4/28) ・剣山山開き(三好市) (4/27) | <ul style="list-style-type: none"> ・神山森林公園イルロ ーザの森みどりの感 謝祭(5/1～5/5) ・最後まで残った空海 の道ウォーク(阿波 市・吉野川市・神山 町) (5/19) ・美郷ほたるまつり (吉野川市) (5/25～6/9) ・神山温泉まつり (5/26) | <ul style="list-style-type: none"> ・大川原高原アジサイ 祭(佐那河内村) (6/6～6/7) ・久藪あじさい祭り (つるぎ町) (6/16) | <ul style="list-style-type: none"> ・新生阿波おどり (徳島市) (8/12～8/15) ・エキサイティング・ サマー・イン・ワジキ 2018 (那賀町) (8/13) |
| <p>高 知</p> | <p>・高知県～自然&体験キャンペーン「リョーマの休日」(2019年2月～2020年12月予定) JR高知駅前「こうち旅広場」など各地観光施設で公式ガイドブック・無料をゲットしよう</p> | | | |
| <p>・JR四国観光トロッコ列車 「志国高知 幕末維新号」 高知駅～窪川駅間 (3/21～5/26の土日 祝日)</p> | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・絵金まつり 香南市赤岡町 (7/20～21) |
| <p>・江戸時代へ行ってみよう!～高知の城下町展～ NTT中ビル前 県立高知城歴史博物館3F (4/6～6/10)</p> | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・よさこい祭り 高知市内各所の演舞 場 (8/9～12) |
| <p>・カツオと鯉のぼりの川渡し 黒潮町佐賀 (4/21～5/11)</p> | | | | <ul style="list-style-type: none"> ・高知市納涼花火大会 (8/9) |
| | | <ul style="list-style-type: none"> ・Tシャツアート展 黒潮町入野浜 (5/2～7) ・公家行列「藤祭り」 四万十市市街地 (5/3) ・長宗我部フェス 南国市岡豊城跡 県立歴史民俗資料館 (5/18) ・長宗我部まつり 高知市長浜(5/19) ・かつお祭り 中土佐町・久礼八幡 宮前 (5/19) | | |

●高知新港 巨大クルーズ客船寄航予定（変更される場合あり）

| | | | | | | | |
|------|---------------|-------|--------|------|----------------|--------|--------|
| 4/17 | セリプリティ・ミレニウム | 7:00入 | 18:00出 | 5/30 | 飛鳥2 | 8:00入 | 17:00出 |
| 4/17 | ウエステルダム | 7:00入 | 18:00出 | 6/2 | ダイヤモンド・プリンセス | 8:00入 | 18:00出 |
| 4/18 | セブンシーズマリナー | 8:00入 | 16:00出 | 6/14 | コスタネオロマンチカ | 10:00入 | 18:00出 |
| 4/24 | ノルウェージャン・ジュエル | 8:00入 | 18:00出 | 6/16 | ダイヤモンド・プリンセス | 7:00入 | 17:00出 |
| 4/29 | ぱしふいっくびいなす | 8:30入 | 17:30出 | 6/25 | コスタネオロマンチカ | 10:00入 | 19:00出 |
| 5/14 | コスタベネツィア | 9:00入 | 17:00出 | 7/18 | ポイジャー・オブ・ザ・シーズ | 7:00入 | 15:00出 |
| 5/19 | ダイヤモンド・プリンセス | 8:00入 | 18:00出 | 8/4 | マースダム | 8:00入 | 17:00出 |
| 5/20 | コスタネオロマンチカ | 9:00入 | 14:00出 | 8/12 | ダイヤモンド・プリンセス | 7:00入 | 23:59出 |



詳細・最新の情報は高知県庁HPでご確認ください

ドキュメント

☆70の青春

古川 安則さん（小豆島町）

農業と私

2001年3月NTTを退職し、父のいる小豆島に帰った。

母が亡くなり、一人である父が病気がちで、高松にいる妻が島に帰って看病していたが、いつまでも通わせることはできないと判断し、思い切って退職した。

しかし、小豆島では仕事がなく、途方に暮れた。

父が農業をやれと背中を押してくれたので、2千万円で13aのイチゴハウスを建て、6aの畑にアスパラを植えた。また水稲も1ha借りて、本格的に農業を始めた。

イチゴと水稲は現在まで続けているが、アスパラは3年で止めた。最初の3年は夜明けからアスパラを収穫、その後9時までにイチゴを収穫し、12時に出荷、午後はイチゴの管

理作業（葉かき、摘果、防除等）、夕方からアスパラを2回目の収穫、夕食後アスパラの出荷準備、就寝が午前3時、また朝5時に起きて作業開始という連日の労働に私も妻も体が悲鳴を上げたため、栽培を中止した。

イチゴは年間を通じて、10月～11月の2カ月は農閑期、水稲は10月～翌年2月までが農閑期。年間を通して少し暇な時期は10月～11月の2カ月間が趣味にはしれる時間である。現在は猪との闘いである。

2015年長男がマレーシアから突然帰国し、農業を手伝い始めた。私も妻も体は少し楽になり、現在は楽しんで農業をしている。

その他、小豆島町の農業委員や土地改良区理事、農業共済組合の理事、東條地域農業集団会長、東谷地区農村環境保全集団代表、JA地区総代等を務めながら、趣味を楽しんでいる。

農業に定年はなし。いつまでも青春！！

私の趣味

妻も私も旅行が大好き！見知らぬ土地を車に乗って走る。

2014年8月、キャンピングカーを購入



《21番札所大龍寺》

車中泊は道の駅、高速道路のSAやPAです。今までよく行ったところは、出雲大社・伊勢神宮の神社関係、名古屋城や、高知城、姫路城、松本城などの城関係、それから温泉巡り、鳥取の花回廊、三重県のなばなの里、レオワールド等のテーマパーク、変わったところでは2泊3日で四国一周をしたことも

した。少し高い買い物であったが、私の一生に一度のお願いを妻にお願いした。それから5年半、四国、中国、近畿、中部地方を何回も周った。



《愛車のキャンピングカー》

ある。

四国一周へ

「H26・10・13」朝九時にジャンボフェリーで小豆島を出発、高松10時30分着、高速道路高松中央インターから徳島市へ。その後南下を続け、「道の駅鷺の里」へ車を止め、ロープウェイで太龍寺へ参拝。ここのお寺は妻と二人で感激！それから「道の駅日和佐」へ立ち寄り、又南下して「道の駅穴喰温泉」で素晴らしい湯質の温泉につかって車中泊。

「H26・10・14」海の駅東洋町で朝食を済ませ、最御崎寺へ参拝、その後「道の駅キラメッセ室戸」で昼食をとっていると友人から電話あり、今日「道の駅すくも」

で車の中で宴会をしようとする誘いの電話。妻も喜んで一路宿毛へ。安芸市から南



《四国カルスト》

国IC、土佐PA、須崎市、四万十町を通過し、「道の駅すくも」へ266km



《早明浦ダム》

走破し到着、国民宿舎椰子で温泉につかり、車内で友人と宴会後、就寝。「H26・10・15」「道の駅すくも」で朝食を済ませ北上、「道の駅虹の森」で休憩、その後梶原街道を東へ走り、四国カルストへ。素晴らしい景色に心を洗い、国道439号を一路早明浦ダムへ。

妻が大きな早明浦ダムに感激し、次に「道の駅霧の森」で休憩、お土産もたくさん購入し川の江JCTから高松中央ICまで走り、高松東港から帰路についた。(全走行距離832km)

このようにゆったりした旅行ではないが二人にとって心の洗濯ができるひと時である。年に2〜3回は走りに出かける。ほかに中国、

四国、近畿、中部地方にはたくさんのお出がある。

白川郷へ

昨年は念願の白川郷を目指した旅行が忘れられない思い出となった。

私は昔、飛騨の高山へいったときの素晴らしい思い出を妻に味わってもらおうと、私が一度は行きたかった白川郷へのドライブ旅行である。

「H30・9・9」夕方4時15分草壁港発のフェリーで高松港へ着き、高松中央ICから鳴門大橋を渡り、淡路島をひた走り、明石海峡大橋、第二神明道路から名神高速道路に入り、大津SAで夕食（近江牛ステーキ）をとって休憩、その後名神高速を東へ約1時間走り、9時15分土山SAで車中泊（初日315km）
「H30・9・10」朝7時に土山SAを出発、三重県の津市に用事があり、立ち寄る。津を出た後、従妹のいる愛知県半田市へ12時に到着、30分ほどで用事を済ませ、その後進路を北にとり、岐阜県美濃市で買い物後、国道41号線をひたすら北上し、下呂温泉を目指した。17時到着、駐車場がなかなか見つからず右

往左往、やっとのことでトイレ付きの駐車場を見つけた。

すぐにホテル望川館で温泉につかり体を癒す。ゆつくりと温泉につかった後、下呂の街中で居酒屋を探す。町全体がさびれたようで夕食をとるところがない。しばらく歩くと「樽や」という居酒屋を見つけた。早速妻と二人で乾杯し、地元の料理の美味しいのに感激！2時間ほどビールと地酒を堪能し車に帰り就寝。（2日目300km）

「H30・9・11」下呂温泉を6時25分に出発、7時20分飛騨高山に到着、朝早くから開いている喫茶店を探す。喫茶店も朝市をやっている地区ですぐに見つかり朝食をとる。

続いて朝市を見に出かけた。ネーム入りの箸を作る店があり、息子にお土産を買った。川沿いの朝市を歩いていると酒屋を見つけた。店主に地酒の美味しいものを勧めていただき、友人の土産と自宅用に日本酒を購入した。

その後、高山市内の古い街並みを散策し11時過ぎに高山を出発、12時30分に「道の駅白川郷」に到着、合掌作りの店内を見て回り休憩した。

次に念願の合掌の郷に13時到着、古い合掌つくりの建物を全戸見て回った。水田に立っている案山子に人気があつまっており、どこへ行っても案山子は人気者でした。

2時間の散策後、白川郷を出発、この日の車中泊のいい場所を探し、温泉付きのSAを見つけた。滋賀県が多賀SAで温泉に入り、美味しいものを食べて車中泊。（3日目337km）

次の日の朝7時50分に多賀SAを出発、神戸港13時40分発のジャンボフェリーに乗り、帰路に着いた。（4日目161km…全走行距離1094km）

走る距離が非常に長い旅行ではあるが、私たち夫婦にとっては「70の青春」の謳歌のひとつときである。

これからも元氣な70の青春時代に日本全国を駆け巡りたい！

夢は北海道！！ 夢は日本一周！！





☆私の健康法

秋本 陽司さん(徳島)

私の健康法は水中歩行です。

きっかけは、5年程前突然左膝を激痛に襲われ、歩行は勿論立ち座りも満足にできない状態になってしまいました。

老人性の膝痛症です、病院へ行っても直接の原因は不明、治療は痛み止めの注射を主に、患部への電気を当てたり、温めたりするものでした。

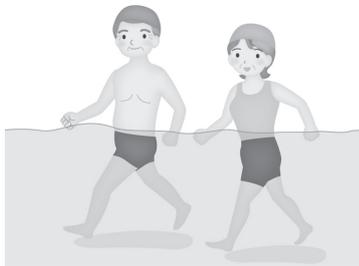
自分なりにいろいろ原因を考えてみると、以前かかりつけの医師から減量と適度の運動を指摘されていましたが、適当に聞き流し何もしていなかったことに気づきました。このようにして私と膝痛との長い付き合いが始まりました。一度発症したものは元には戻りません。あとは、如何にして痛みを和らげ少しでも元の状態に近づけたい思いから、何か毎

日続けられる軽い運動はないかと試行錯誤した結果、自転車走を始めました。

幸いなことに自転車に乗っても痛みは感じず、毎日1〜1.5時間程度、町内を中心に自転車散歩を半年ほど続けました。

しかし、自転車走は天候に左右されます。全天候型で自転車走に代わるものはないかと模索していたところ、知人に水中歩行をすすめられ、早速、挑戦することになりました。最初は歩行時に水圧や水の抵抗で膝や腰に大きな負担がかかるのではないかと懸念しましたが、水中では浮力で体が軽くなり手足も自由に動くことができ、疲れもあまり感じませんでした。

歩行時間は20〜30分程度から始め、半月程で1時間としました(現在も同じ)、水中歩行を初めて4年余りが経過しました。この間寝込むような病気もなく、特に風邪ひきの回数は極端に少なくなくなり、膝、腰の痛みも日常生活ではほとんど感じない程になりました。また、毎日通うプー



ルでは顔なじみとの会話も多くなり、気の合ったもの同士でカラオケに行ったり、親睦を深めて、少なからず「ボケ」防止にも役立っていると思います。

このようにリハビリの運動として始めた水中歩行ですが、現在は私の健康保持の源であると思っています。

これからも可能な限り継続していき、ゴールまで頑張ろうと思います。

ボランティア紹介

☆「徳島電友会ボランティア活動」への取り組み

加納 久則さん(徳島)

ボランティアとは、一般的に自発的に他人・社会に奉仕する人または活動である。基本理念は公共性・自発性・無償性等である。

私達、ボランティアN.T.T徳島OB会(以下、ボランティアOB会と称す)も、「あまり無理せず、長続きすること」をモットーとして、おもに環境美化活動をおこなっています。

す。活動期間は年
度で実施してお
り、4月～3月の
期間となります。

行事・スケジュ
ールとしては吉野川
河川清掃として
「アドプトプログ
ラム吉野川」が7月・10月・3月（隔月、日
曜日の1日）に行なわれ、また「とくしま・
まちなか花ロードプロジェクト」と称される
花植え（NPO法人主催）が、徳島駅前
の元町・新町エリアを中心に5月・10月・1月（隔
月、土曜日の1日）に行なわれています。こ
の2つの活動はNTT徳島支店の支援要請に
基づきNTTグループ社員等と協力し活動
をしています。

さらに、私達ボランティアOB会独自施策
の徳島市小松海岸の清掃（海水浴シーズン後
の海岸清掃）を毎年9月に行なっています。
ちなみに、今年度は予定日がすべて天候不良
で中止となりました。

他にも、国際救護活動として使用済み切手
の収集をおこない（今年度は約1,800枚）



《アドプトプログラム吉野川》

福祉事業団体へ送
付、空き缶のプルタ
ブを収集し（今年度
は21・5kg）情報
労連を通じ福祉団体
への一助としました。

現在も徳島電友会
とタイアップして、
ブログ等へボランテ
ィアOB会の活動模
様を積極的に投稿し、
会員を募集していま
すのでよろしくお願
いします。



《とくしま・まちなか花ロードプロジェクト》

私は今

◇ 東 雅弘 （高松市 H27年退）

サラリーマン生活を卒業して4年程になり
ます。長らく運動というものを遠ざけてきま
したが、少し健康のことを気にし始め、退職
後週3日程運動をしています。この運動とボ
ケ防止と思い始めた日記が数少ない意識して
やっていることです。

その他は気
の向くまま
に、読書をし
たり、近くの
実家に掃除に
行ったり、健
康番組のTV
を見たり、ま
た、定期的に
小学校の同級
生達と飲んだ
りしています。ただ、普段はアルコールは少
し控え目しようと思っています。



◇ 小澤 房江 （今治市 H21年退）

退職して早10年。近況はと聞かれたら、多
趣味な私はまあまあ忙しくもあり、お陰様で
「日々是好日ですよ。」とお答えしたいです。
（追伸）今、グラウンドゴルフにはまって
います。腕前は、パープレイマイナス3が目
標です。歩いては打ち、打っては歩く。また、
小走りもする。50mをホールインワン！
全身でガッツポーズです。仲間から「よか

ったねー。「すばらしいー。」と拍手喝采。健康に最高です。



◇ 合田 進 (松山市 H20年退)

65才で第2の職場を完全リタイヤして早4年。年2回程仲間たちと好きな旅行を楽しんでいます。また、呆け防止のため以前から興味のあったオカリナを習い始めて3年、レパートリー曲も



増え、思いどおり動かぬ指に悪戦苦闘しながらも、月3回のオカリナ教室で楽しく吹いています。



◇ 近藤 雅則 (松山市 H30年退)

退職後、契約社員として2年間勤務し、昨年3月末で完全退職しました。

4月からは、地区の公民館委員(任期1年)を引き受け、無事に終えようとしています。

そして、シニアのソフトボールチームで週1回汗を流しております。また、YouTubeを参考に、庭木の剪定を楽しみながら、穏やかな日々を過ごしております。



◇ 須賀 伸三 (松山市 H23年退)

現在1人暮らしです。先祖が守ってきた柑橘類の栽培、また趣味の盆栽に癒されています。皆さんに自慢できるものはなく、ただ生きていくだけの人間ですがこの生かされた

命、大切に悔いなく全うしたいですね。今の世の中、格差を生み出すだけの経済発展、人間の値打ちまでも変えてしまう。何かおかしいですよね。

ア、何かもつと情熱を燃やせるものはないかなあ。体力は衰えどいまだに気持ちだけは青年です。

◇ 長瀬 忠史 (阿波市 H26年退)

60歳でNTTを退職し、西ビルの警備員として再就職し、現在に至っています。我家の農地では、夏には、お米。秋から冬にかけて



は、ブロッコリーを作付し日々忙しく過ごしています。自宅の隣には、長男がおり孫の成長を見守っています。また、月に一度は気の合う仲間とのゴルフを楽しんでいます。

◇ 藤枝 正俊 (徳島市 H28年退)

徳島卒業から早3年、大阪のタウンページで勤務しています。住まいは、大阪夏の陣で真田幸村が駆け回った谷町界隈ですが、大阪を北に、あべのハルカスを南にしたマンションでの单身生活です。大阪は昨年6月の北部地震に加え、9月の台風21号と大きな災害に見舞われましたが、万博開催決定やR誘致で関西全体が活気に溢れています。

今年度末に60才定年を迎えますが、年金受給までの数年は関西で頑張る次第です。四国の諸先輩方と交流できる将来を楽しみにして



います。

◇ 堀江 満子 (鴨島町 H24年退)

退職してから、読みきかせのグループに所属し、公民館や学校・老健施設等で、絵本や紙芝居を読んでいます。

子供達やお年寄りの笑顔で元気をもらっています。

また徳島の郷土芸能、阿波人形浄瑠璃では人形づかいで公演にも参加させてもらっています。毎日愛犬の散歩と阿波おどり体操で健康等に気を付けながら楽しく過ごすご頃です。



◇ 松浦 省己 (多度津町 H27年退)

退職して3年、のんびり生活にトッピーと浸っています。年に数回バスツアーを利用し、温泉・お城巡りの旅行を楽しんでいます。一昨年からは刺激を求め町の水彩画教室に入会しました。悪戦苦闘しながら



ら年に何回かの作品展に出品していますが、少しでも気に入ったものが描けるよう続けたと思っています。

これからも毎日の元気に感謝し、趣味を深めて楽しく過ごしたいと思っています。

◇ 三木 一義 (高知市 H26年退)



古希を目前にし、膝はガックガク、歯もボロボロ、腹はダーブダブ、でもなんとか生きてます。先日は特定健康診査

〔再度のお知らせ〕こんなゆうメールが届きました。もっと健康に気を遣わねばと思いつつ、だらしない日々を過ごしています。でも少しだけ頑張っていることもあります。

細々ではありますが、カラオケスナックにて接客？水仕事週6で仕事をしています。また休日にはライフワークのソフトテニスをやっています。傘寿までMXM、球と遊ぶぞー！！



◇ 脇 秀行 (丸亀市 H27年退)



退職してから早4年が過ぎ、オールサンデーを満喫しています。無農薬栽培に心掛け害虫と雑草に苦労しながら新鮮な野菜を堪能しています。

趣味として月2回のゴルフ、たまに友人と一緒に海外旅行などして有意義な日々を過ごしています。

そのために健康な体を維持するためにも、毎日30分程度のウォーキングを心がけています。

◇ 和田 恵充 (松山市 H31年退)

平成31年3月末で退職をしました。

この原稿を書いている時点ではまだ現役の立場であり、退職前の期待と不安が交錯する状況です。

今までは担当業務として、退職者交流会(松山)やボランティア活動等に運営スタッフとして参加しておりましたが、今後はOBの一

員として参加することになります。

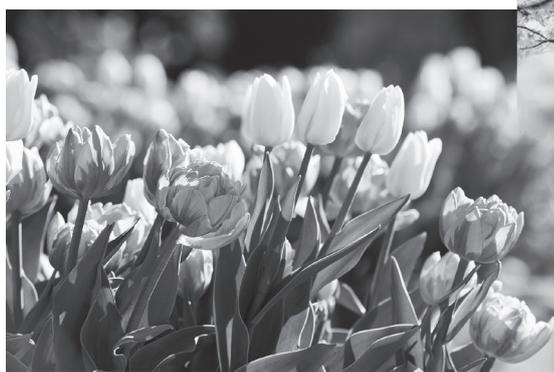
電友会の入会につきましては1年前で、同会主催のイベント(愛媛電友会親睦ゴルフ大会)にも、参加させていただけます。

退職後の予定は今のところは特になく、少しの間はのんびりと翼を休め、次のステージに向け、心身ともにリフレッシュできればと思っています。

体調は2年前に旅先(東北地方)で心臓の病を患い、見知らぬ地で入院生活を強いられたこともあり、(お陰様で今ではスポーツも人並みに出来るまでに、回復しております。)今後は、健康に十分留意するとともに、諸先輩方の退職後



の過ごし方等を参考とさせていただきます、一日を大切に、充実した日々を送っていききたいと思っております。



俳句

香川支部

鯉のぼり屋根通ぐ風の波間かな 上枝 文敬
 軒しずく静かに里の春の風 上枝 文敬
 父子してネクタイ結って新人生 川端 豊
 新しき靴がびったり下萌ゆる 川端 豊
 白梅や白の世界に凜として 脇谷 笑子
 頭寄せ児ら薄氷に目を凝らす 脇谷 笑子
 飴玉に似てる気もする葱坊主 浅田 和美
 菜の花や父は生涯ポマード派 浅田 和美
 春まつり男の子凜々しく弓を引く 清水 茂昭
 行く春や子規虚子生みし城の町 清水 茂昭
 天気図に出ない私の波模様 奈良 正雄
 ひたむきに生きる私を知る軍手 奈良 正雄
 薫風や子らの見栄さる村歌舞伎 横山注連太郎
 横山注連太郎
 ぶらんこの空の青さに吸ひ込まれ 横山注連太郎

高齢者叙勲

☆瑞宝双光章 石原 隆様(高松市)
 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

☆ 瑞宝単光章 西山 弘敏様(東温市)

H31・1・20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)

| | | | | | |
|--------|----|----|----|----|------|
| 宮武 久代様 | 30 | 12 | 9 | 99 | 丸亀市 |
| 大西 正夫様 | 31 | 3 | 19 | 84 | 今治市 |
| 白形 一心様 | 31 | 3 | 15 | 74 | 松山市 |
| 大橋 雄造様 | 31 | 3 | 13 | 89 | 松山市 |
| 本田 實様 | 31 | 3 | 7 | 94 | 松山市 |
| 松長嘉重郎様 | 31 | 3 | 6 | 85 | 松前町 |
| 行成 昭義様 | 31 | 2 | 26 | 86 | 東温市 |
| 山本 光和様 | 31 | 2 | 16 | 91 | 松前町 |
| 渡辺 義夫様 | 31 | 2 | 15 | 91 | 今治市 |
| 松本喜代一様 | 31 | 1 | 28 | 93 | 西条市 |
| 鷹尾 嘉通様 | 31 | 1 | 28 | 87 | 松山市 |
| 菅 雅夫様 | 31 | 1 | 21 | 66 | 松山市 |
| 小宮 政雄様 | 31 | 1 | 16 | 83 | 松山市 |
| 中野 秋明様 | 31 | 1 | 11 | 80 | 内子町 |
| 千葉美代子様 | 31 | 1 | 3 | 82 | 新居浜市 |
| 池田 章一様 | 30 | 12 | 4 | 90 | 松山市 |
| 本田 正弘様 | 30 | 10 | 25 | 91 | 松山市 |

| | | | | | |
|--------|----|----|----|----|------|
| 塩田 利通様 | 30 | 12 | 20 | 88 | 高松市 |
| 渋谷 工様 | 30 | 12 | 29 | 87 | 丸亀市 |
| 反り目敏昭様 | 31 | 1 | 22 | 70 | さぬき市 |

(徳島県)

| | | | | | |
|--------|----|----|----|----|------|
| 大野 文雄様 | 30 | 11 | 28 | 95 | 藍住町 |
| 溝淵 匠様 | 31 | 1 | 1 | 90 | 吉野川市 |
| 杉山 幸男様 | 31 | 1 | 30 | 84 | 吉野川市 |
| 浜 喜忠様 | 31 | 2 | 3 | 92 | 徳島市 |
| 岡田 芳雄様 | 31 | 2 | 9 | 78 | 吉野川市 |
| 藤本 清治様 | 31 | 3 | 5 | 87 | 徳島市 |

(高知県)

| | | | | | |
|--------|----|---|----|----|-----|
| 池本 晃様 | 30 | 4 | 1 | 92 | 南国市 |
| 中村 博光様 | 31 | 2 | 8 | 70 | 香美市 |
| 上島 正男様 | 31 | 2 | 16 | 89 | 香美市 |

編集後記

新入会員の皆さん。サークル活動や旅行等に参加し、楽しんで下さい。

四国電友会会報 第百八六号

発行 平成三十一年四月
 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

2019年1月21日新登場!

ライフステージの変化に合わせて
保障を変えられる*。

NEW
ライフステージの変化に

ちゃんと応える
医療保険EVER

NEW
ライフステージの変化に

ちゃんと応える
医療保険EVER

※将来、特約を付加することで
必要な保障を追加することができます。

特徴 1

基本の医療保障

病気やケガによる入院の保障
はもちろん、入院前や退院後
の通院^(※1)も保障します。

特徴 2

働けなくなるリスク・ 介護のリスクに備える保障

特約を付加することで、働け
なくなるリスクや介護のリス
クに備えられます。

特徴 3

女性のための保障

乳がん、子宮筋腫など、女性特有
の病気の入院を上乗せして保障
します。^(※2)さらに、女性特定手術
特約を付加すると女性特有の手
術にも備えられます。

(※1)通院ありプランの場合 (※2)レディースEVERの場合

アフラックの
医療保険を
ご契約中の方へ

昔入ったままの医療保険、
この機会に保障を最新化しませんか?



*EVERに中途付加する特約の総称です。

長生きの時代、さまざまなリスクに備えて特約をプラスしましょう。

通院特約

総合先進医療特約

三大疾病一時金特約

三大疾病無制限型
長期入院特約

商品の詳細は「契約概要」等をご確認ください。

<募集代理店>

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 〒790-0001
愛媛県松山市一番町4-3
NNT愛媛支店ビル別棟1階

四国営業所

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

きらら保険サービス
公式LINE@できました!



<引受保険会社>

Aflac アフラック

広域法人営業部
〒163-0456 東京都新宿区西新宿2-1-1 新宿三井ビル
Tel.03-5321-2377 URL:http://www.aflac.co.jp/
AF277-2019-5072 2月21日(200221)