

# 四国愛友会会報

第188号

令和元年10月



《廃校の水族館で有名な「椎名の神輿洗い」》  
(撮影) 前田三興さん(香美市)

## 目次

NTTグループの動き

〈着任のご挨拶〉

・前田四国事業本部長

・北口香川支店長

・佐々木徳島支店長

・三ヶ尻ドコモ四国支社長

・梶田テルウェル西日本四国支店長

お知らせ

・会員アンケート調査

俳句(愛媛)

・若草句会

支部だより

・第8回趣味の作品展開催(愛媛)

・地域交流会開催について(愛媛)

・第4回趣味の作品展開催(香川)

・野市あじさい街道の選定実施(高知)

イベント情報

・愛媛、香川、徳島、高知

ドキュメント

・獅子舞に魅了されて40余年(徳島)

健康のページ

・私の健康法(愛媛)

ボランティア紹介

・「子供見守り隊」「子供食堂」を通じた

地域支援活動(愛媛)

私は今

・会員の皆さんの近況

高齢者・物故者叙勲/敬弔

表紙の言葉

2

7

7

8

8

8

8

10

12

14

15

16

21

21

## NTT西日本グループの動き

人事異動により、四国電友会の顧問5名の方々が交代となりましたので、ごあいさつをいただきます。

NTT西日本四国事業本部長

前田 克哉



2019年7月1日にNTT西日本四国事業本部長並びに愛媛支店長に就任しました前田です。

以前、徳島支店の営業部長をさせていただいてから、7年振りの四国での勤務となります。

着任にあたり、四国電友会会員の皆様に、ひと言ご挨拶を申し上げます。電友会の皆様方には、日頃からNTT事業に対しまして、ご理解とご協力を賜り誠にありがとうございます。この場をお借りしてお礼申し上げます。はじめに自己紹介をさせていただきます。出身は石川県金沢市です。最近の金沢は北陸新幹線の効果でインバウンド需要が拡大しており、街に活気が溢れています。松山と金沢は城下町であることや、人口規模など共通点も多く、どこか雰囲気も似ており親近感を覚えます。

四国は、「人の心が温かい」というのが最も強く感じる印象で、お客様にご挨拶に伺っても皆さんとても温かく迎えて下さいます。このように人も気候も温暖な四国の地において仕事が出来るとは、大変嬉しくもあり、身が引き締まる思いです。

これまでの経歴は、「事業計画」の仕事が長く、西日本本社と持株会社を中心に現場を含めると15年ほどになります。事業計画を策定する側から、これからはしっかりと「実行側」の役割を果たしていきたいと思っています。思い出深いのは、徳島支店営業部長時代に、当時「地デジ化」の風が吹く中、先輩方が本当に苦労されて徳島に誘致した「フレッツ・テレビ」を武器に、社員と外部パートナーの方々が一丸となって光の拡大に取組み、結果、2年連続で「全ガイドライン商品計画達成」を成し遂げられたことは今でも忘れません。

現在、四国カンパニーにおいては、3年連続で「黒字化」を達成するなど、NTT西日本グループの事業運営に大きく貢献してきているところです。

四国の黒字化については、社員はもちろんのこと、四国電友会の会員様をはじめとする先輩方がこれまで「光で人をつないできた技術と工夫」、「地域に根差して活動してきた信頼関係」を糧に築きあげてきた成果であり、

我々現役にタスキを繋いでいただいたお蔭であると感謝しております。

NTT西日本グループは昨年度、新たな中期経営戦略を策定し、まさにこれから実行していくフェーズに入りました。変化の激しい市場環境、競争環境の中で、常に変革していくことが大事になります。

「おしたくーwith you. with ICT.」これはNTT設立20周年にあわせて策定された新しいスローガンです。これまで培ってきた光顧客基盤を更に拡大しつつ、ICTの技術を使ってお客様の課題を解決するソリューション営業や、お客様の業務そのものを我々が担う「BPOビジネス」、更には不動産等の新領域ビジネスなど新しいことにチャレンジし、「ICTでかなえる『四国創生』」の実現に向けて取り組んでいきたいと考えております。

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共有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、皆様のご家族様のご健勝を祈念いたしまして、着任のご挨拶といたします。

NTT西日本香川支店長

北 口 哲 也



令和元年7月1日に香川支店長に就任しました北口哲也でございます。

電友会の皆さまには、

日頃からNTT事業に對しまして、ご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。この場を借りましてお礼申し上げますとともに、私の自己紹介と最近の動向についてご紹介させていただきます。

私は、兵庫県洲本市（淡路島）の生まれで、小さいころから瀬戸内の風景には馴染みがあり、この度、瀬戸の都「高松」を抱える香川で勤務させて頂けることを非常にうれしく思っております。

前職は、西日本本社ビジネスデザイン部で、新サービスや新ビジネスの企画・開発の全体総括として、ドローンを活用したインフラ点検ビジネスの新会社化、マーケティングアクト社コールセンタでのA-活用、ベンチャー企業への留学を通じた人材育成などの業務に携わっております。

新ビジネスの創出に関しては、IoT、AI、ビッグデータなどの技術進化と業界を超

えた競争環境の変化が、もの凄いスピードで進展しており、NTT西日本グループにおいても、従来の自前主義から脱却し、パートナー企業様との協業でトライ&エラーを繰り返しながら、取り組んでいるのが実状です。

さて、NTT西日本グループは、この度、コーポレートスローガンを「光。ひろがる。ひびきあう。」から「めした〜with you. ミチノチ」に変更しました。お客さま・パートナーの皆さまと一緒にICTで新しい価値を生みだしていきたい。そして、通信で培ったテクノロジーを礎に、人を、技術を、アイデアをつなぎ、未来のソリューションを創造していきたい。という想いがこめられておりますが、それを四国・香川が抱える社会課題に着目し、どのように具現化していくかがポイントになっております。

香川県においては、今年、瀬戸内国際芸術祭が開かれており、春夏合わせて約70万人の方が瀬戸の島々にお越し頂いています。この観光分野については、ミチノチ環境整備はもとより、多言語対応によるデジタル掲示板、異なる交通移動手段の1サービス化など更なるICTの活用が見込まれています。

また、少子高齢化に伴う人手不足対策としてIoTやAIを活用した業務の自動化・省

力化、健康寿命の延伸に向けた軽度認知症(MCI)検知、センサーを活用した児童の見守り、最近盛り上がりを見せつつあるeスポーツ環境の整備、河川の水量監視による防災・減災対応など、様々な分野においてICTを活用したソリューションが創出されつつあります。

そして、それらICT基盤を支える光ユーザ基盤の維持拡大に向けた高速化、5Gを支えるバックホールの提供などNW基盤の高度化についても、着実に準備を進めている状況です。

このように、益々ICT活用が見込まれる分野において、NTT西日本グループの強みである「地域密着」と「技術力」を武器に、ドコモ・データ・コミュニケーションズ・フアサティーズなどNTTグループの連携、社外のパートナー様との連携を一層進め、既存のお客さまの囲い込みはもとより、新たなビジネスの創出により、四国・香川の持続的な事業基盤の構築に全力で取り組んでいきたいと思っております。

電友会の皆さまには、引き続きご支援・ご協力の程、よろしくお願いいたします。

NTT西日本徳島支店長

佐々木 保彰



このたび、7月1日付でNTT西日本徳島支店長に着任いたしました佐々木保彰（ささきやすあき）でございます。

電友会の皆様には、日頃からNTTグループの事業運営に対して、深いご理解と幅広いご支援をいただき、厚く御礼を申し上げます。早速、7月の吉野川清掃、8月の阿波踊り「テレビ呆連」では、電友会の皆様から多数のご参加をいただきました。感謝申し上げます。

私は北陸・福井の出身で、平成5年NTT入社後、画像通信事業本部（東京）でのテレビ会議システム開発を皮切りに、通信機器開発（東京、大阪）、法人営業（静岡）、映像配信サービス立ち上げ（大阪）、情報機器開発統括（大阪）、四国ビジネス営業統括（愛媛）、業種特化ビジネス営業体制立ち上げ（大阪）と、主にNW+αのα部分、新たな価値を開発・提供する業務に従事してまいりました。なかでも徳島とは、①スカパー社と協業した映像配信サービス「スカパー光」（その後「フレッツ・テレビ」として自社サービス化）の

導入、②四国ビジネス営業統括、と2回のご縁を頂きました。徳島には「一致団結してチャレンジ」する強みがあると感じています。先輩達が築き上げてきた徳島の強みを、更に磨き、活かしていきたいと考えております。

さて、NTT西日本グループでは、「ソーシャル・ICTパイオニア」や「with you, with ICT」という新しいメッセージをテレビなどでお伝えしています。NTTグループの「ICT」の強みと、お客様やパートナー様の強みを活かし、社会課題を解決する新しい価値、新しいソリューションやサービスを提供して、人と社会と地域がつながる安心・安全で豊かな地域社会の実現に貢献する。そのためには、少子高齢化や地域格差、A-ye-OTといったデジタルデータ時代の変化に適応し、得意としてきたNWソリューションに加え、デジタルデータの特徴を活かせるクラウドやアプリケーションといった上位レイヤの取組強化がポイントとなります。ここで参考になるのが、4年前に本社で立ち上げ私も参画した業種特化ビジネス営業の「AS営業部」の取組です。ASとはAdvanced Solution、最先端のソリューションを意味しています。AS営業部では、全国バラバラで活動してきた大学・銀行・自治体

クラウドの業種スペシャリスト人材を本社で一元的に長期育成・案件アサインし、お客様の高い要望に組織的に対応して、パートナー様と連携した最先端のソリューションを提供しています。そして、そこで得た業種ノウハウを優良施策に仕立て上げ、全国に水平展開して事業を拡大しています。NTT研究所のAI技術を銀行のコンタクトセンタに導入したり、マイクロソフトと協業した大学クラウドや自治体クラウドを全国に水平展開したりして、上位レイヤの取組を拡大し、売上は3年で1.5倍に拡大しています。このAS営業部のノウハウを徳島の大学・銀行・自治体に展開していくとともに、中堅中小企業にも、このノウハウとビジネスホンなどの情報機器の強みを連携した取り組みを展開し、設備の強みを活かした災害対策や5G連携含めた総合力で、徳島の地域創生に貢献していきたい所存です。

徳島電友会の皆様には、友人・知人の紹介に限らず、地域に関わるビジネスの紹介をいただくなど、営業活動、地域貢献活動に多大なご協力をいただいております。この場をお借りして心から感謝を申し上げますとともに、皆様の更なるご理解とご支援を賜りますよう重ねてお願いを申し上げます。

最後になりますが、徳島電友会の益々のご発展と会員皆様のご健勝を祈念しまして、私の着任のご挨拶とさせていただきます。

NTTドコモ四国支社長

三ヶ尻 哲也



令和元年6月18日、NTTドコモ四国支社社長に着任しました三ヶ尻哲也でございます。

前職は、NTTドコモのソリューションサービス部において法人ソリューションの創出から運用まで技術営業活動に従事しており、これから始まる5Gを活用した新たなソリューションの創出にも携わっております。

着任にあたり、四国電友会会員の皆様にご挨拶を申し上げます。

電友会の皆様方には、日頃よりNTTグループの事業運営に関しまして、地域のお客様との橋渡し役として、ご支援、ご助力を賜り誠にありがとうございます。この場をお借りして、御礼申し上げます。

また、環境クリーン作戦などの社会貢献活

動にも、多くの方々にご参加いただいております。多岐にわたるご支援に、感謝申し上げます。

NTTグループ全体では、中期経営戦略で掲げた「Your Value Partner2025」実現に向けて、グループ全体で取り組みを加速しております。キーワードとして「デジタルトランスフォーメーション（DX）」があります。この言葉が提唱された元来の意味は「ITの浸透が人々の生活をあらゆる面でより良い方向に変化させる」というものでした。NTTグループにおいては、「ICTにより様々なデータを集積・活用することで、新たな仕組みを創出／既存の仕組みを革新すること」と定義して社会的課題の解決に取り組んでおります。

ドコモにおいても、2020年代の持続的成長に向けた中期経営戦略の基本方針として、「会員を軸とした事業運営への変革」、「5Gの導入とビジネス創出」を掲げDXの推進に取り組んでいるところです。

「会員を軸とした事業運営」においては、7000万まで拡大しているdポイントクラブ会員基盤を活用し、ドコモやパートナーのサービス、ソリューションを拡大していく取り組みである、デジタルマーケティングを推進していきます。これにより、お客様一人ひとりに寄り添ったサービス提案を行って参ります。

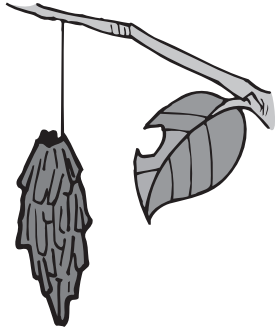
「5Gの導入とビジネス創出」については、いよいよ、9月より全国にて5Gのプレサービスが始まりました。また2020年春には商用サービスが開始されます。5Gでは大容量と低遅延を生かしたライブやスポーツ観戦といった「新しい体感の創出」と、医療介護や防災防犯、人手不足といった「社会的課題の解決」に取り組めます。そして、四国のパートナー様との協創を進め、新たな産業を創出し四国の発展に貢献します。

そして今年度は「更なる成長に向けた『変革』を実行する年」と位置付けております。市場環境が大きく変化する可能性がある中で、先んじて競争力を強化するため、新料金プラン「ギガホ」「ギガライト」を導入しました。お客さまとの関係性を更に強化しつつ、一人ひとりへの最適提案をすすめていくことで、顧客基盤を強化致します。2019年度は減収減益を見込みますが、金融・決済、法人ソリューション等の分野を中心にスマートライフ領域を着実に成長させると共に、これらの取り組みをデジタルマーケティングの推進によって加速させ、2019年度を利益の底とし、早期に利益回復をめざし、取り組ん

で参ります。どうぞこれからも、ご支援のほど宜しくお願いいたします。

来年に向けたニュースと致しましては、2020東京オリンピック・パラリンピックにおいて、NTTグループは、ゴールドパートナーとなっております。さらに、聖火リレーのプレゼンティングパートナーにも選定されました。2020年4月16日から23日にかけて、聖火ランナーが四国4県を縦走しますので、ぜひお楽しみにお待ちいただければ幸いです。

最後になりますが、四国電友会の更なるご発展と、会員の皆様およびご家族様の益々のご多幸とご健勝を祈念しまして、着任のご挨拶と致します。



テルウエル西日本

取締役四国支店長

梶田 収重



「お客様第一」「誠心誠意」「変革と前進」を行動規範として、皆様のビジネスと暮らしを幅広くサポートします。

四国電友会の皆さま、初めまして

本年7月にテルウエル西日本(株) 四国支店に着任致しました梶田 収重(わんだかずしげ)と申します。

四国電友会の皆様には日頃からテルウエル事業にご理解・ご高配を賜りまして誠にありがとうございます。

この場をお借りし、御礼申し上げます。

私事ながら、四国勤務は生涯初めてのことでございますので、まずは、自己紹介をさせていただきます。

出身地は大阪でありながら会社生活では、昭和58年4月、日本電信電話公社入社、大阪中地区管理部職員課に始まり、平成元年本社高度通信サービス事業本部、平成7年関西支社、平成9年本社総務部、平成11年持株第五部門、平成14年NTT西日本大阪支店、平成

17年NTT都市開発、平成21年持株総務部門、平成25年NTT西日本人事部、平成28年NTT西日本退職、同年テルウエル西日本入社と、NTT生活33年のうち、3回に亘り約20年を東京で勤務しておりました。

NTT勤務時代の主な業務内容としては、所謂「総・人・労」と言われる共通系業務であります。東京勤務時代の大半は、株式会社ならではの株主総会の運営に永年携わり、とりわけ(現在では余り見受けられません)総会屋など反社会的勢力への対応や、企業の存亡を左右する様々な事件対応など、企業防衛と危機管理を扱う専門的なNTTの「総・人・労」業務としては、ちょっと変わった業務内容でした。

平成28年のテルウエル西日本入社以降は、オフィス営業、厚生介護と約3年間は大阪で勤務しており、NTT西日本退職と同時に関西電友会にも入れて頂いたのですが、4年目にして初めての四国勤務となった次第であります。

私自身、若干の心細さを感じながらも着任したのですが、着任ご挨拶と各方面へお邪魔した際、四国電友会の幹部の方より「お母さん元氣か？」と声を掛けて頂いたときは、一番びっくりした出来事であったと同時に、何

だか外様の私を温かく迎え入れて頂いたように、一瞬で心細さが吹き飛びました。(お声を掛けて頂いた方は、30数年前、私の母親と一緒に大阪柏原電報電話局に勤務されていたとのこと)

NTTグループは巨大であつても、勇退者も含めた「人の繋がり」とは本当に不思議なもので、「私の財産」とさえ思っています。サラリーマン人生30数年に亘り、私の財産は関西のみならず全国にも広がっておりまして、何処へ行つても「わんちゃん久しぶり！元氣か？」とお声を頂きますが、四国においても同様のお声を頂けるよう、テルウエル事業を通じて四国電友会の皆様との交流を深化して参りたいと存じます。

末尾に、四国電友会の皆さまのご発展と会員各位のご健勝を祈念し、ご挨拶とさせていただきます。



## お知らせ

### 令和元年度

#### 電友会会員アンケート調査

電友会四国地方本部においては、NTTの価値ある団体である電友会会員として日常生活を通して気づいたNTT事業に対する意見・要望等を頂き、その意見・要望等を今後のNTTの事業運営に役立てて頂くことを目的に四国管内500名(愛媛…200名、香川・徳島・高知…100名)の会員の方々にアンケート調査を実施しますので、ご協力をお願いいたします。

なお、本アンケート調査の対象者及び回答期日等については各県支部からご依頼がありますので前述した調査の趣旨をご理解頂き、ご協力頂きますようよろしくお願いいたします。



## 俳句

愛媛支部

愛媛電友会 インターネット「若草句会」

令和元年八月から選句

一夜鮎提げて訪ねる病む妻へ 石の花

窓際に止まりし蟬の高き声 扇

菩提寺に家族揃いぬ初盆会 高越

清流の吹き来る風や冷素麺 はなぶさ

甲子園汗と涙で砂詰める 菜の花

台風去り伊予に被害の無かりけり 浩風

一病は一期の友よ百日紅 媛香

若竹の勢い増して空が鳴る べいこう

(責任者) 山岡郁夫

## 支部だより



### ☆第8回趣味の作品展開催について

愛媛電友会では、令和元年9月25日（水）から29日（日）迄の5日間、愛媛県美術館・南館において「第8回愛媛電友会・NTTグループ趣味の作品展」を開催します。開催に向けては、これまで4回の実行委員会を絵画部門・書道部門・写真部門・絵手紙部門・陶芸部門・手芸部門・水石部門・総務部門の各代表者により開催し、多くの作品の展示と展示方法や運営方法等について取り決めを行い開催の運びとなりました。

今回の開催からNTT愛媛支店と共催（従来までは協賛）することになり、現役の社員からの作品も多数出展されますので、多数のご来場をお待ちしております。

なお、本開催における部門別の出展数や来場者数については1月会報（令和2年1月発行）にて報告させていただきます。

### ☆地域交流会開催について

東予・南予エリア6か所で毎年開催している地域交流会に加え、本年度から中予の東温エリアにおいても開催することとなりました。

その開催にあたっては、エリアの営業支店長に加え2年前から愛媛支店のタスク長にも参加を頂き、最新のNTTの事業動向等についてお話を伺っています。つきましては、NTTの繁忙時期を勘案し、交流会の開催時期について11月から1月末で開催できるように準備をお願いいたします。

事務局まで時期の連絡を頂ければ、エリアの会員の方々へのご案内はさせていただきます。



### ☆第4回趣味の作品展の開催について

第4回趣味の作品展を令和元年10月22日（火）～24日（木）（10:00～16:00、24日は15:00まで）で開催します。

開催場所は瓦町FLAGの8階にある「市

民交流プラザKODE瓦町アートステーション ギャラリー」です。

多くの会員及びご家族の皆様方には是非ご覧いただきますようお願いいたします。



### ☆猛暑の中、頑張りました

### Ⅱ香南市野市あじさい街道の剪定を実施Ⅱ

今年で11年目。梅雨明けの恒例行事となった「香南市のいちあじさい街道（川沿い2kmに約19000株のあじさいが咲き誇る）」の花後の剪定作業を7月27日（土）に実施しました。

長梅雨の影響で1週間延期したにも関わらず、初参加4名を含む26名（内女性2名）もの仲間があじさい街道育ての親（横田博会員）の応援に駆けつけてくれました。

午前8時、横田さんより作業にあたっての留意事項とお礼の挨拶があり、作業を開始。

当初から参加しているベテラン組、今年からの初参加組、毎回頑張りしてくれる女性組の手際よい作業で、うたると暑さの中、予



《ボランティアに参加の皆さん》

定の持ち場を約3時間の作業で終了しました。

### （不意の出来事）

- ・長梅雨の影響により初めて実施日を1週間延期しました。
- ・作業に熱中しすぎて大事な眼鏡を紛失事件（奇跡的に大量の切クズの中から見つかりました）



《暑さの中あじさい剪定中》

- ・刈払い機で長靴の先切断事件（幸い靴の中身は無傷でした。皆様も機械での草刈り作業にはくれぐれも気を付けましょう）
- ・虫刺（イラガ）被害1件。（「痛い、痒い」すぐに水で洗い流し、薬を付けましょう）
- ※歳を重ねると色々ありますが、平均年齢72歳の元気集団が熱中症等、大事に至る事故もなく無事作業が完了出来たことが何より

でした。

作業後は涼しい川風が吹き抜ける「1級河川物部川」の橋の下で、楽しいランチタイム。今年はずっと奮発した「カルビー弁当」と有志から差し入れの「山北ミカン、スイカ、おはぎ」等で体力を回復。

「来年の6月には、作業の成果を見に来ようね」と約束し、帰途につきました。

参加の皆様本当に暑期中、熱いボランティアありがとうございました。

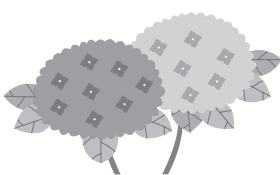
（足達裕昭 記）

会員の皆様も「春の桜」「夏の螢」も楽しめる、「香南市野市アジサイ街道」にぜひ一度お越しください。

【場 所】香南市野市町西佐古から父養寺の川沿い

【問合せ】TEL 0887-5615200  
香南市観光協会

【HP】<http://www.kounan-navi.com/>



## &lt;イベント情報&gt;

## ■電友会イベント

|     | 10 月                                                                                                                               | 11 月                                                                                                                                  | 12 月                                                                    | 第4四半期                                                                                                                                                       |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 愛 媛 | <ul style="list-style-type: none"> <li>会報188号配布 (10/9～13)</li> <li>第20回親睦ゴルフ (10/30 チサンCC)</li> <li>アンケート調査取り纏め (10/25)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>親睦旅行(五島列島) (11/5～11/7)</li> <li>本部ボランティア活動表彰式 (11/20)</li> <li>令和元年度地域交流会 (11月から2月)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>環境クリーン作戦In道後 (12月上旬)</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>会報189号配布</li> <li>事務局長会議 (2月予定)</li> <li>編集委員会 (2月予定)</li> <li>令和元年度退職説明会 (1月下旬～2月上旬)</li> <li>OB交流会 (2月)</li> </ul> |
| 香 川 | <ul style="list-style-type: none"> <li>第4回趣味の作品展 (10/22～24)</li> <li>会報188号配布 (10/9～13)</li> </ul>                                 |                                                                                                                                       |                                                                         | 同上                                                                                                                                                          |
| 徳 島 | <ul style="list-style-type: none"> <li>会報188号配布 (10/9～13)</li> <li>NTTアドプトプログラム吉野川 (10/20)</li> </ul>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>日帰り旅行(大阪方面) (11/8)</li> <li>徳島女性会議 (11月中旬)</li> <li>工担者試験監督 (11/24)</li> </ul>                 |                                                                         | 同上                                                                                                                                                          |
| 高 知 |                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>親睦旅行(萩、秋吉台、宮島) (11/5～11/7)</li> </ul>                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>文化講演会&amp;忘年会 (12/11)</li> </ul> | 同上                                                                                                                                                          |

## ■地域イベント

|     | 10 月                                                                                                                                                                                                                         | 11 月                                                                                                                                          | 12 月                                                                                                  | 第4四半期                                                                                                                                                |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 愛 媛 | <ul style="list-style-type: none"> <li>松山秋まつり (10/5～7)</li> <li>西条まつり (10/15～16)</li> <li>新居浜太鼓まつり (10/16～18)</li> <li>しまなみ・ゆめしまサイクリングフェス2019 (10/20)</li> <li>うわじま闘牛(秋場所) (10/27)</li> <li>菊間町お供馬走り込み (10/19～20)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>砥部焼まつり (11/4～5)</li> <li>イルミネーション花園 (11/27～1/11)</li> </ul>                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>まつやまお城下ウォーク (12/5)</li> <li>道後温泉カウントダウンイベント (12/31)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>愛媛マラソン (2/9)</li> </ul>  |
| 香 川 | <ul style="list-style-type: none"> <li>瀬戸内国際芸術祭 (9/28～11/4)</li> <li>高松市菊花展競技会 (10/12～11/18)</li> <li>丸亀城菊花展 (10/20～11/13)</li> <li>宇多津秋祭り (10/25～10/27)</li> </ul>                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>さぬき市へんろ88ウォーク (11/3)</li> <li>銭形砂絵「寛永通宝」砂ざらえ (11/17)</li> <li>まんのう公園ウィンターファンタジー (11/23～1/6)</li> </ul> |                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>引田ひなまつり (2月下旬～3月上旬)</li> <li>宇多津の町家と雛祭り (3月上旬)</li> </ul>                                                     |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 10 月                                                                                                                                                                                                     | 11 月                                                                                                                                                                                                                                    | 12 月 | 第4四半期                                                                                                                                                            |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |           |              |                   |              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------|--------------------|--------------|--------------------|--------------|--------------------|--------------|--------------------|--------------|-----------|--------------|-------------------|--------------|
| 徳 島                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"><li>・マチ★アソビ vol.23<br/>(9/28～10/14)</li></ul>                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"><li>・秋の阿波おどり<br/>～阿波おどり大絵巻～<br/>(11/2～4)</li></ul>                                                                   |      | <ul style="list-style-type: none"><li>・とくしま マラソン<br/>2020 (3/22)</li></ul>                                                                                       |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |           |              |                   |              |
| 高 知                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <div>■「リョーマの休日」自然&amp;体験キャンペーン 高知県内全域各所<br/>(2019年2月～2020年12月31日)<br/>■嶺北エリアでは「おいでよ！ 四国のまんなかへ 土佐れいほく博」を開催中<br/>(12月25日まで)<br/>詳細は公式ガイドブック(こうち旅広場＝JR高知駅前や観光施設で配布)、県庁ホームページなどでご覧下さい。</div>                 |                                                                                                                                                                                                                                         |      |                                                                                                                                                                  |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |           |              |                   |              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"><li>・越知町コスモスまつり (10/5～20)</li><li>・土佐の豊穰祭「刃物まつり&amp;山田のかかしコンテスト」香美市・県立鏡野公園 (10/19・20)</li><li>・土佐さがのもどりガツオ祭 黒潮町佐賀・黒潮一番館(10/19)</li><li>・四万十川ウルトラマラソン (10/20)</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>・土佐の豊穰祭「米コメフェスタ」四万十町・緑林公園(11/3)</li><li>・土佐の豊穰祭「どぶろく農林文化祭」三原村農業構造改善センター (11/3)</li><li>・土佐の豊穰祭「土佐國美味集結」 (11/9～11)</li><li>・龍馬誕生祭／龍馬生誕祭 (11/15)</li><li>・CASIO ワールドオープン 黒潮CC (11/28～2/1)</li></ul> |      | <ul style="list-style-type: none"><li>・高知龍馬 マラソン<br/>2020 (2/16)</li></ul>  |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |           |              |                   |              |
| <div><div>●高知新港 巨大クルーズ客船寄航予定<br/>(変更される場合あり)</div><table><tr><td>10/17 セレブリティ・ミレニアム</td><td>9:00入 17:00出</td></tr><tr><td>11/13 セレブリティ・ミレニアム</td><td>7:00入 17:00出</td></tr><tr><td>11/24 ダイヤモンド・プリンセス</td><td>7:00入 17:00出</td></tr><tr><td>11/27 セレブリティ・ミレニアム</td><td>7:00入 16:00出</td></tr></table></div> <div><table><tr><td>12/10 ダイヤモンド・プリンセス</td><td>7:00入 17:00出</td></tr><tr><td>1/6 にっぽん丸</td><td>8:00入 16:00出</td></tr><tr><td>3/27 ダイヤモンド・プリンセス</td><td>7:00入 18:00出</td></tr></table><div>最新情報は <div>クルーズ船 高知県庁</div> で検索</div></div> |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                         |      |                                                                                                                                                                  | 10/17 セレブリティ・ミレニアム | 9:00入 17:00出 | 11/13 セレブリティ・ミレニアム | 7:00入 17:00出 | 11/24 ダイヤモンド・プリンセス | 7:00入 17:00出 | 11/27 セレブリティ・ミレニアム | 7:00入 16:00出 | 12/10 ダイヤモンド・プリンセス | 7:00入 17:00出 | 1/6 にっぽん丸 | 8:00入 16:00出 | 3/27 ダイヤモンド・プリンセス | 7:00入 18:00出 |
| 10/17 セレブリティ・ミレニアム                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 9:00入 17:00出                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |      |                                                                                                                                                                  |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |           |              |                   |              |
| 11/13 セレブリティ・ミレニアム                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 7:00入 17:00出                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |      |                                                                                                                                                                  |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |           |              |                   |              |
| 11/24 ダイヤモンド・プリンセス                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 7:00入 17:00出                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |      |                                                                                                                                                                  |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |           |              |                   |              |
| 11/27 セレブリティ・ミレニアム                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 7:00入 16:00出                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |      |                                                                                                                                                                  |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |           |              |                   |              |
| 12/10 ダイヤモンド・プリンセス                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 7:00入 17:00出                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |      |                                                                                                                                                                  |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |           |              |                   |              |
| 1/6 にっぽん丸                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 8:00入 16:00出                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |      |                                                                                                                                                                  |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |           |              |                   |              |
| 3/27 ダイヤモンド・プリンセス                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 7:00入 18:00出                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |      |                                                                                                                                                                  |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |                    |              |           |              |                   |              |

## ドキュメント

## ☆獅子舞に魅了されて40余年

中林 幸治さん（藍住町）



秋が深まっている。

みのりの秋になると、今も町や村で懐かしく聞こえる音色がある。秋の祭りのあの獅子舞の音色だ。

子供たちのたたく大太鼓、小太鼓のトントんと鳴る音、大人たちの拍子をつけてたたく、拍木のカチカチという音、えもいわれぬにぎ

やかな音となり、祭りを盛り上げ、獅子舞が舞われる。

百科事典によると、獅子舞の歴史は古い。その分布は全国に及んでいる。シシとは猪や鹿の獣を意味し、古事記にも伎楽の獅子以前に舞われた記録が、遺っているという。万葉集にも、鹿に扮して身ぶりを演じたことが、巻の「十六」に遺されている。

獅子舞は、Ⅱ古来踊の神Ⅱ神楽として移動する神坐を祓う舞だった。

この獅子舞に魅了された、NTTの退職者がいる。

板野郡藍住町正喜地にお住いの、中林幸治さんだ。

藍住町は県内で唯一、人口が増加している町で、中林さん宅の周辺は市街化区域のため、新しい住宅がどんどん建ち、軒を並べている。かつては純農村地帯だったという。居宅周辺も様変わりしている。

9月4日（水）午後、まだ残暑の厳しい日だったが、中林さん宅を訪ね、魅了されている獅子舞の話を伺った。

中林さんは、NTTでは技術系の職種で、在職中四国四県を廻っている。退職されて5年、現在奥様ともども、五人家族とのことだ。地元勝瑞の里の獅子舞には、27才の若さで

参加し舞っているので、40余年となる。勝瑞の南陽神社の獅子舞だ。

勝瑞の獅子舞の歴史は古く、獅子が舞う太鼓の内部に、江戸時代「享保」の年号が記されており、三百年以上の歴史を刻んでいる、伝統のある舞だ。

現在、40年前に結成された勝瑞獅子保存会の会長が中林さんだ。会長職3年目となる。

その保存会のとりまとめ役の中林さんは、大変なお世話役だと思う。もちろんボランティアによる活動だ。

藍住町には、他に馬木地区の獅子舞があるが、現在活動を中止している。

中林さんが取り組んでいる、南陽神社の獅子舞は、藍住町指定の実系民俗文化財となっている。

勝瑞の獅子舞は、オスとメスの獅子頭を、それぞれ二人の大人が、子供たちのたたく大太鼓二張、小太鼓二張、それと大人のたたく拍子に合わせ、五つの曲を舞っている。一曲舞うのに15分かかる。

雌雄の獅子に、それぞれ大人2名が胴衣に入り、うち1名は前足ともなり、獅子頭を操る。後ろの1名は腰をかがめ、背中から尻尾までを表し、後足をささえている。前進や方向転換をし、太鼓と拍木の音色に合わせ舞っ

ている。

勝瑞の獅子舞は、昔から「暴れ獅子」と言われ、獅子の頭がこわれんばかりの、激しい勇壮な舞である。子供たちが打つ太鼓と、大人たちの拍木の音が、舞を盛りたてている。

勝瑞獅子舞保存会には、2名の女性会員がいる。神事の獅子舞では、全国的にも珍しく、テレビニュースで報じられた。もともと二人は、子供時代獅子舞の太鼓を、たたいていた女<sup>むすめ</sup>だった。

勝瑞獅子舞保存会は、地域とのつながりを大切に行っている。10月の秋祭り当日の、神社の境内、獅子子宅、神社総代宅、祭りの当家庭で一日舞うことは勿論、一年中町の保育園、幼稚園、小学校、町のフェスティバル、高齢者向け住宅、特養老人ホーム、町内の商業施設なども、巡回して待っている。忙しい1年



間だという。

さらに毎年、中国・四国ブロック民芸能大会にも参加し、活躍をしている。

獅子舞の練習は、8月の終わり頃から、9月いっぱい、周囲への騒音としての配慮から、特別のはからいにより、観音寺の境内で、毎晩行われる。

これら活動は地味だが、かつての日本の伝統文化を継承する活動だ。

しかし、これら保存会を継続していく経費も大変だ。かつて5年前、子供や大人の獅子舞の衣装の新調や獅子頭は、宝くじ文化事業



《芸能大会で表彰状を持つ中林会長》

援助会による寄付でまかなわれ、助かったという。

一方今年は、中林会長自ら、子供たちのたく太鼓の飾りバチや、子供の舞い子一蝶子が、舞に振りかざす踊り竹も作った。これらはもうどこにも売っていない。

大人の会員の、舞う行事の日の、休日取得調整も大変だ。

行事の参加日には、レンタカーやマイクロバスを借り、自前で会員が運転し、会員を運び参加している。

祭りの後は、会員が楽しみにしている慰労会「大鳴し」がある。現在はバーベキューを楽しんでいる。昔はこの行事を「ちょうやぶり」というていた。

このような藍住獅子舞の保存会を、1年を通じ、子供からお年寄りまで、会員40名余りを、とりまとめていく会長職は、大変な役職に違いない。その役職を、ひとりのNTTの退職者中林幸治さんが担っている。

取材・執筆 堤 高数（板野）





## ☆私の健康法

**瀬部 吉輝さん**（H29年退職、松山市在住）

私は、雨が降っている日を除いて朝のウォーキングを毎日続けています。

毎朝5時前に起きて5時～6時までの約1時間、6.5km程度を歩いています。

年間を通して、ほぼ同じコースを同じ時間帯に歩くよう心がけています。お陰で、夜の11時迄には寝て朝は5時前に起きる規則正しい生活リズムと季節の移り変わりや体調の変化を敏感に感じられるようになりました。

毎日同じコースを同じ時間帯に歩いていると日の出の時間の変化や月の満ち欠け、毎朝違う雲の動きや天候、道ばたや庭先に見られる花々、手入れされている稲や野菜の生育状況など、「季節の移ろい」を身を以て感じら



《13年続く早朝ウォーキング》

れることが魅力です。また、歩いた日の朝は、起きてから朝食までの時間が経っていること、朝の光を浴びて軽く汗をかいて体を動かしたこともあり食欲が湧き、朝ご飯がおいしく食べられます。

お腹の具合も調子が良くて快食快便の毎日を通じて出て来れています。（雨で歩けなかった日との違いは、歴然です）

ウォーキングを始めたきっかけは、平成18年に徳島支店に単身赴任した時に寮の先輩に勧められた事と単身寮が徳島城（城山）公園のすぐ近くにあり、外周が約3kmくらいで、歩くのに丁度良い距離だった事です。

しばらく続けていると体の調子が良いので、6時頃から30分弱歩いてから朝食を頂いた後、出勤するのが習慣となり、結局、徳島支店勤務の2年間ウォーキングを続けました。

平成10年4月から約10年間に及んだ単身生活（横浜・横須賀3年、高松5年、徳島2年）をやっと終え平成20年から自宅通勤できるようになりましたが、徳島時代に2年間続けた習慣は抜けきらず自宅周辺の約4km、30分程度のコースを開拓し、時間を早めて5時スタートのウォーキングとして続けました。

平成29年に45年間の電電公社・NTT勤務

を卒業した後は時間に余裕が出来たので、歩く距離を伸ばし、約6.5km（約1時間）を歩くように変更して現在に至っています。

毎日の積み重ねですが、スマホのウォーキング用アプリで確認すると去年は年間で約1,943km歩いたと記録されており、塵も積もれば・・・のことわざとおりだと、我ながら驚いています。

歩き始めてから今年で13年となりました。今となつては早朝ウォーキングは生活の一部となっています。（改めて徳島時代にウォーキングを始める機会が得られて良かったと思っています）

少しずつでも自分のペースで続けて行くことが大事かなと思います。やがて習慣化し、生活の一部になりました。皆さんも、朝のウォーキングを始められてはいかがでしょうか？



《季節を感じる風景》

## ボランティア紹介

### ☆「子供見守り隊」「子供食堂」 を通じた地域支援活動

福田 トミニ子さん（愛媛）

私の子供見守り隊活動は今から8年前、夫亡き後、義父母を見送り独り暮らしが始まり終活をしていましたが、自由な時間でも何か社会に恩返しが出来ないかと考え、特技の無い私でも「子供見守り」位なら出来そうだと健康増進のためのウォーキングを兼ねて小学校まで子供達の付き添いや横断歩道の見守りを始めたことからでした。

3年前のことですが、近所に新1年生の男の子が引越してきました。その子の母親は子供の世話をしないことが分かり、自分の孫だと思って付き添うことにし、その子の態度・言動に戸惑いながらやさしく見守っていると、やがて信頼関係もでき、友人の無いその子は私の家に来るようになり、どんな用事をしているも「遊んで欲しい」とタダをこね、いつもお腹を空かせていました。飽食時代の今、その子の存在はともショックでした。私はその子がいつ来ても食べさせてあげら

れるように、お気に入りのワカメご飯を多めに作り冷凍していました。

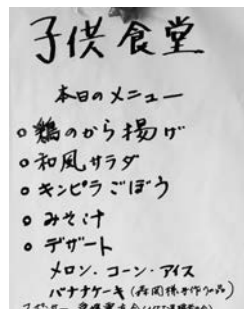
その子は、私の家でご飯を食べている事を誰にも知られたくない様子だったので、思いついたのが安心して食べられる「一人子供食堂」でした。

その子は昨年の2学期始業式にも登校せず「さよなら」も言えず母親の思いのまま県外へ転校してしまいました。

そんな時でした、昨年の豪雨災害で仮設住宅に住むようになった子供達新1年生四人を含む七人が慣れない道を登校していることを知り、迷わず朝6時半過ぎに家を出て迎えに行き、小学校まで約50分付き添うようになりました。おかげさまで子供たちとも仲良くなり私の方



《子供食堂会場の上町集会所》



《子供食堂メニュー》

が楽しい時間を過ごし、皆さんの元気を貰っています。

昨年12月、仮設住宅にお住まいの子供のおばあちゃんでもあり見守り隊でもある元保育園長さんと親しくなり、子供食堂の提案を快く理解いただき、七人の子供を我が家に連れて来て下さり、初めてのミニ子供食堂をすることができました。

その直後に「子供を見守る会」を3名で立ち上げ、豪雨で被災された大人も参加を頂き、地区別に5回の子供食堂を開設しました。

私の子供食堂は始まったばかりです、「いつか子供食堂をしようね」と転校した子に話していたので、みんなと一緒に食べさせてあげられなかったことが悔やまれます。

子供見守りも今春から4班を交替で見守り付き添いを行っています。

一方、おせっかいやきの私は近くの高齢者・弱者の方々とお友愛活動も続けております。手作りのおかずやおすそ分けの品を手につれ



《子供食堂食事模様》

あい訪問し、お元気確認をしたり、庭で育てている花菖蒲見学に招待し、お食事会等開催しています。(花菖蒲は目標の1,000株を植え替えしました。昨年の豪雨で断水した時は、水取に行けない人達5、6名が毎日水を届けたりました。)

高齢の私もいつまで続けられる定かではありませんが、多くの協力者に助けられて健康が続く限り頑張れたらと願っています。

今、全国で高齢者同志の支え合い活動や子供食堂から誰でも参加できる交流の場を目指す地域交流食堂活動が広まろうとしていきますので、私も微力ながら努力して参ります。



《今年の花菖蒲》



《地域の高齢者を招いた花菖蒲見学会》

## 私は今

◇ 赤澤 君子 (徳島市 H13年退)

家族や身近な人に便利に使われている毎日です。(幸い健康に恵まれているので)それはそれで結構楽しいです。

数年前から歴史セミナーに通っています。戦国時代の中央政権と地方のかかわり等に特に興味を持っています。

又、講師の方々と全国の古戦場やお城等を訪ねるのも楽しみの一つです。

下重暁子さんの言葉ですが「人の人生、年令で括るな、何才になっても輝ける」

この言葉を糧に生きていきたいと思っています。

◇ 天野 耕三 (松山市 H23年退)

高知を最後にNTTを退職し、通建会社へ再就職して8年が過ぎました。

最近健康のため、年に数回は、京都あたりの神社巡りをしていま



す。神社へ行くと心が洗われた気になるのですが、1日で元に戻り、いくつになっても悟りきれない自分に反省の日々です。家族は、妻と老犬と暮らしていますが、我家の老犬も最近ボケてきましたので、私もボケないように、健康に気をつけて穏やかに暮らせればと思う今日この頃です。

◇ 井上 直伸 (美馬市 H13年退)

退職した頃に、美味しいぶどうが食べたいと巨峰の苗木を植えた。数年後、実がなり始めたので、種なし処理・摘房・摘粒・袋かけなど手入れをしてきたが、いつまで経っても熟さず食べられない。もうバツサリと切ってしまうおうかと思いつながら数年辛抱。ところが、今年はなんと真っ黒に色つき、たわわに実った。7月から食べられるようになり、孫達は大喜び。あきらめなくて良かった。

◇ 小笠原 弘子 (三豊市 H13年退)

私は元気です。自分の歯が28本健在で、ムシ歯0です。

早朝は草刈機を使って、水田の畔草刈作業、日中にはボランティア活



動と毎日多忙。

〃忙中閑あり〃

退職後四国新聞の文化教室で習い始めた「染色」。縫って、絞って染める、簡単なようで満足の出来る作品には程遠いですが現在も気長く継続中。

1人農業の米作りは、自身の健康状態をみながら卒業のタイミングを目下模索中です。

#### ◇ 岡田 徹 (高松市 H20年退)

退職前より健康維持の為、フィットネスへ出向うと決意していて、近所に住むJAの退職者と共に自転車で15分くらいのクラブへ月々金までは通い、昼過ぎに自宅へ帰り昼食をとり、その後は小説を読み、電友会のメンバーのゴルフコンペ81会には毎月参加し、又ふるさとを歩く会にも参加し、ほぼ暇をもて余す感じはありません。

しかし、今年になり腰痛になり悩んでいます。やはり健康が一番と痛感している現在です。

#### ◇ 岡本 旺 (板野町 H22年退)

私は法務大臣から委嘱を受けた人権擁護委員のボランティア活動をしています。主な活動は人権相談と人権に関わる啓発活動。そし

て、人権侵犯を受けたと申告された方を法務局と連携して調査救済活動を県下182名で行っております。

徳島県人権擁護委員連合会の事務局長として4年目を迎えております。事務局は会長を含め13名で運営していますが、超多忙で私は月14〜15日は徳島地方法務局で常駐しております。

まだまだ人権擁護委員の知名度は低いです。が、後継者育成に頑張っています。

#### ◇ 門脇 一男 (三豊市 H23年退)

平成28年に狩猟免許と猟銃の所持許可を取得し、有害鳥獣(主にイノシシ)の駆除に組んでいます。私が在住している三豊市は中山間地が多くイノシシによる農作物や田畑の被害が後を絶ちません。我が家でも果樹園や水田を何度も荒らされました。

動物愛護の観点から見れば異論があることもわかっていきますが、放置すれば私たちの生活そのものが成り立



《令和元年8月8日 財田町財田中 メス 30kg》

ちません。高齢化が進み被害対策もままならないのが現状です。微力ではありますが、今後もボランティアの1つとして続けていきたいと考えております。

#### ◇ 刈谷 良隆 (いの町 S61年退)

皆さん、お元気ですか。

早いもので、退職して33年程になります。

自動車、農機具の関係の仕事をしていましたが、12年前体調をくずし(前頭葉の委縮)でお酒、仕事は絶対にダメと医師に言われましたが、現在は驚異的な回復と言われる程良くなりましたが、高血圧と甲状腺の薬のお世話になってます。

現在は、孫の保育園の送迎とキッサでのジジー、ババーのサミット！

水田を4反程と家庭菜園を少しやり、農協の直販に出荷しています。

魚釣り、小旅行と植林の手入れ、酉年のせいかバタバタと楽しくやっています。昨年より40年、50年の大事な友人(4人)が帰らぬ人となり、いよいよ自分かと思ひながらも、人生クイ無し、いつでもと思ひながらも後、50年頑張るつもり！

(いの町)おいでの時は連絡下さい

☎090-4506-2555

## ◇ 桑原 重樹 (西条市 H16年退)

今年で70才になりました。前回投稿してから3年、白内障の手術をした以外、特に体調の変化は感じません。私は、健康管理の原点は足を使うことと考えており、今年西条市の公民館が設定しているウォーキングコース(25力所250km)を回りましたが、普段車で移動している時とは全く違った景色や空気が新鮮で、まるで子供の頃に返った様な不思議な感動がありました。

皆さんも是非お近くの散歩コースを時間をかけて巡ってみては、いかがでしょうか。老化防止には最適です。

## ◇ 小松 正俊 (高知市 H18年退)

NTTを退職後最早13年が過ぎました。

NTTを退職したらネパールへ行つて年金生活をしようかと思いついていました。が、残念ながらそれもまた泡沫と消えまして現状は未だに通信業界で泳いでいる私がいま。それもこれも、またその状況で人との出会いがあり、その人々のお陰様で未だに現役で過ごしている今日この頃です。

仕事の余暇には、NTT時代の楽しい仲間達とゴルフで勝った負けたと喜怒哀楽を出しながら楽しんでます。

またソフトテ

ニスでは未だに現役で、四国内外に遠征して負けてはしょんぼりしながら、週末には練習して汗を流しています。ただ3種目(登山)のエン



《2019.5.2》

ジョイはなかなか難しいので、最近は山登りが出来なくて少し残念ですが里山でも歩くように心掛けています。

今のところは病気も無く何時まで現状を維持できるかどうかわかりませんが、1日1日を大切に過ごすことをモットーにして、これからの残り人生を楽しく良き仲間と歩みたいと思っています。

## ◇ 崎田 孝 (松山市 H22年退)

夢のご隠居生活にはまだまだほど遠く生涯現役(?)を目指し半日勤務に励んでいます。(家内からはマグロと同じと笑われていますが・・・)。

お陰様で1日12000歩の目標達成、ボケ防止に役立っており、孫3人に囲まれて

ハッピーライフを満喫しています。

これからも元気で高校、大学の同級生、NTT関連の皆さんとの楽しい思い出づくりができれば最高です。

## ◇ 三宮 一敏 (松山市 H31年退)

私は退職して早や半年過ぎようとしています。が、日々女房と一緒にリハビリに励んでいるところです。

退職して家にいると、改めて感じるのは、健康で元気であるということが一番幸せなことだと、つくづく感じています。

これからは、女房と2人で楽しくてワクワクすることを見つけ、人生「絶対！なんとかする」と思って楽しく幸せに生きていきたいと頑張っていきます。是非とも皆様もお身体に十分気をつけて、健康で元気で頑張ってください。

## ◇ 戸田 加代 (高知市 H21年退)

退職して10年。

退職後に始め、今も続いている趣味は、月2回いろいろな講師の話を聞いたり、時には体操



や歌もある生涯大学と、週1回のズンバというダンスフィットネスです。これは衰えゆく自分の身体への、ささやかな抵抗と同時に親の介護のストレス解消でもあります。

楽しみは時々、遊びに来てくれる孫の存在です。年相応の体の不具合は、ありますが今のところ健康でいられる事に感謝しつつ、年を重ねていけたらと思っています。

#### ◇ 永野 泰敏 (高知市 H13年退)

H13年に退職してから三菱電機で5年、NTTマーケティングアクトで約8年と退職後、皆様のお世話により働きましたが、いざフリーになると毎日する事が無く、時間を持て余し、家庭菜園、パチンコとぶらぶら過ごして74歳となりました。

今年は町内会の会長をすることとなり、町内の皆様の協力を頂き、各種行事をこなす事で毎日元気に忙しく動いています。

いろいろとありますが、50回目の結婚記念日を迎えて、特に2人共元気に過ごす事に感謝しています。

#### ◇ 村上 要 (今治市 H3年退)

ギンギラに尖った青い頃は遠い昔、周りに耳を傾け御用聞きと正論?を吐いた28年間、

いずれの時期もご迷惑をかけ、またお世話になりました。

お陰様で次走者にバトンを渡し無事卒業、感じてないかと錯覚してたストレスからの解放もあり公職時代に患った病もほぼ回復、現在は少しの継続した活動に加え地元校区自治会の役員として、また小学校図書ボランティア(1時間、週3日)等、ご恩返しの入りに口で楽しませていただいています。

皆様には本当にお世話になり、ありがとうございます。ございました。

またいつもの資料(失礼?)が届いたのかと思っていましたら、原稿の依頼。今日までの御礼が言える良い機会を与えていただいたものと感謝しながら、思いつくままに綴ってみました。失礼の段、お許しください。

役員の皆様はもとより、会員皆様のご健勝を祈念申し上げますとともに、電友会の益々のご発展をお祈り申し上げます。

#### ◇ 森 明德 (徳島市 H13年退)

来年からは後期高齢者の仲間入り、体力の衰えが感じられるものの畑仕事や吉野川河口のウォーキングで何とか健康を維持しています。

20年前に始めた「みかん作り」は今では木

の方がすっかり成長し、高所作業が多くなり怪我のないうちに縮小しようと思っています。その代わり最近「航空機の飛行ルートの観察」を趣味に加えました。

徳島市は夏期、関西空港着陸機の通過路に当ります。高度は1700m、双眼鏡で機体を見ながらパソコンサイト「フライトレーダ24」で該当機をクリックすると飛行ルートが表示されます。また各方面からの着陸機の整理状況が手に取るように判りますので、管制官になったような気分が少し味わえます。

羽田や成田付近ではもっとスケールが大きいのが見られます!!

フライトレーダ24(世界中の航空機の運行をリアルタイムで表示するサイトで無料で閲覧可、但し30分で切断される)

#### ◇ 森国 民子 (南国市 H6年退)

昨年4月に、夫を亡くし、ショックで、しばらくの間は、落ち込んでいました。

でも今は、高校、職場、地元、サークル等、たくさんの友達に支えられて元気です。そしています。

退職後すぐに始めた3B体操、OBサロンでのお茶は続いています。

## ◇ 山中 淳佑 (徳島市 H18年退)

最初に、介護していた母親を、施設へ入居させる事ができて、それを期に町内会長・兼務の神社総代を仰せつかった。以降神社行事(初詣あめ湯接待、春祭、注連縄作り、諏訪神社例大祭)で、経歴の異なる人達と行動を共にし、そのうちに皆、和気あいあいと集える仲間になってしまつた。この不思議に取り付かれて早7年が経過した。最近嫁もブツと言いながらも婦人会に参加している。早晩彼女も仲間達の虜になるに違いない。などと考える、夫婦2人暮の今日この頃です。

## ◇ 山溝 和男 (徳島市 H19年退)

私の健康法を紹介します。

NTT退職時にK先輩より還暦野球をやらないかとの誘いがあり、少々不安でしたが、地元の徳島市内のチームに所属しました。



《中・四国還暦軟式野球大会  
(於:倉吉市営球場)》

1年間の試合は徳島県内14チームによるリーグ戦、西日本大会、中四国大会、全国生涯野球大会等にできるだけ参加している。

また練習もほとんど1年中、週2日あり頑張っております。

年齢とともに体力も衰えてきましたが、健康維持のために後3〜4年は頑張ってみようと思っております。



《背番号28が私》

## ◇ 依光 俊一 (松山市 H16年退)

ウォーキングとスポーツジム通いで、健康維持に努めておりますが、年々悪い処が増えてきているように思える今日この頃です。

サークル活動の「男の料理教室」で、仲間と和気あいあいと料理を習い、少しずつレパートリーを増やすことと、毎年の事です。11月末までに、実家(高知)の庭木等の剪定を終わらせることを、当面の目標に、夫婦共々ストレスの無い、日々平穏な暮らしが出来ればと願っております。

## ◇ 渡辺 茂 (松山市 H16年退)

NTTグループをリタイアして1年余り、これに伴う各種のイベントなどで結構忙しく過ごしています。最近、確実に忍び寄る老化による体の衰えを実感しつつ100歳まで生きるリスクを懸念しながら、あれこれ対策を考えています。

年を取ると若い頃の嫌な性格の方が強調され、他人に不寛容になり怒りっぽくなると言われていますが、これは脳の動脈硬化や認知症の兆候でもあるとの事なので、自分のためにも周囲のためにも、好々爺になるべく最低限努力していきたいと思っています。

## 高 齢 者 叙 勲



☆瑞宝双光章 佐藤新太郎様（坂出市）

☆瑞宝双光章 黒田 一茂様（横浜市）

栄えある受賞おめでとございます。

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 中村 一也様（琴平町）

R 1・4・16 逝去 87歳

☆瑞宝単光章 長尾 敏文様（高松市）

R 1・4・26 逝去 85歳

☆瑞宝単光章 青野廣太郎様（松山市）

R 1・5・18 逝去 95歳

## 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）

石川 勉様 H 31・1・28 85 松山市

八幡 博様 R 1・5・12 72 松山市

宮崎 良典様 R 1・7・2 75 砥部町

梅崎日出丸様 R 1・7・27 93 松山市

加藤 英進様 R 1・7・8 77 松山市

中田 敬様 R 1・7・17 91 松山市

大庭 敏朗様 R 1・9・8 89 伊予市

伊藤 国美様 R 1・9・18 96 伊予市

（香川県）

中村 茂様 H 29・8・28 89 さぬき市

川田 要様 H 30・8・17 73 高松市

神辺 光雄様 R 1・5・16 92 高松市

檜垣 俊彦様 R 1・6・7 80 松山市

長目 俊彦様 R 1・7・8 75 多度津町

（徳島県）

松永 昭三様 R 1・6・4 87 徳島市

平尾 始様 R 1・7・13 74 徳島市

花待 正憲様 R 1・7・20 78 吉野川市

地行 祐助様 R 1・8・4 95 徳島市

若江太三郎様 R 1・8・14 87 徳島市

（高知市）

橋田 利子様 H 30・10・23 89 高知市

谷村 君男様 R 1・6・8 86 高知市

鈴木 健次様 R 1・6・12 75 いの町

畠山 繁様 R 1・6・18 76 高知市

織田 絢子様 R 1・6・28 82 安芸市

塩田 眞人様 R 1・7・25 72 いの町

塩田 末様 R 1・8・20 87 いの町

石本 和己様 R 1・9・5 85 高知市

川村 静枝様 R 1・9・10 93 佐川町

## 表紙の言葉

「神輿洗い」室戸市椎名八王子宮秋祭り

全国的に有名になった「むろと廃校水族館」（旧椎名小学校を改修し平成30年4月26日オープン）のある室戸市椎名地区で豊漁を祈って毎年10月15日に開催されています。

本宮を出発した神輿は町内を練り歩いた後、海岸から海に入り沖へと進みます。太平洋の荒波に抗いながら行われる「神輿洗い」は迫力満点です。

（高知県香美市）前田三興

## 編集後記

深まる秋、芸術、運動、美食、楽しんで下さい。

四国電友会会報 第百八十八号

発行 令和元年10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・二〇三三

印刷 株式会社 ドルック



おもいやりを、かたちに。

特典  
1

当ネットワーク葬儀加盟店、  
全国平均 **48万円相当** の  
基本セットを

**24万円** (税別) でご用意します。

特典  
2

生花もしくは花輪  
**10,000円相当を  
サービス**

全国セレモニーネットワーク

ご利用施設 全国1,000会館以上



安心のサービスが、全国どこでも。

いざという時を、心を込めてサポートしたい。そんな思いをカタチにしたのが、  
全国セレモニーネットワークのセレモニーサービスです。

葬儀はもちろん、事前相談や葬儀後の諸手続き、法要まで幅広くサポート。  
お見積り、ご相談は無料。お気軽にご相談ください。

お申し込み・お問い合わせ  
↓ホームページはこちら



**0120-531-991**

全国セレモニーネットワーク

<http://www.zenkoku-ceremony.net>

その他、通過儀礼のご相談も承ります



初宮祝

七五三祝



成人式

長寿祝



法事・法要

地域施行会社 (株)ベルモニー

ベルモニー葬祭 松山・東予・高知・中村  
高松・東讃・西讃・徳島

(株)今治冠婚葬祭互助会

# 電友会会員のみなさま

『日本旅行』との提携契約により

日本旅行商品



などの  
パッケージツアー

そしてオリジナル旅行の提案

国内♪ 海外♪  
あの方所に行つて

あれが見てみたい♪ 美味しいもの食べたい♪

こんなことやつてみたい♪

自分たちだけの思い出旅行♪

ゆっくり～ のんびり～



愛媛県知事登録旅行業第3-202号  
一般社団法人 全国旅行業協会正会員  
一般社団法人 日本旅行業協会協力会員

株式会社み・の・り

亀さん旅行社

☆☆ お気軽にご一報下さい ☆☆

〒790-0803

愛媛県松山市東雲町2番地8

毘沙門坂ビル201

TEL (089) 909-3939

FAX (089) 909-3900

✉ [minori@minori-turtle.co.jp](mailto:minori@minori-turtle.co.jp)

代表 形上哲也(電友会会員)

携帯 090-8699-5275

さらにおトクになりました！



NTTグループ団体扱  
火災保険

NEW

2019年10月1日より

新たに大口団体割引※1が適用され

約**14.3%**※2も**割安**に！

持家

にお住まいの方

建物の補償

家財の補償

賃貸住宅

にお住まいの方

家財の補償

賠償責任の補償

まずはお見積もりを！

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

きらら保険

検索



※1 大口団体割引は、2019年10月1日～2020年9月30日の間に保険始期日があるご契約に適用されます（ただし、地震保険には適用されません）。大口団体割引は、団体のお引受実績に応じて毎年10月1日に見直されます。  
※2 大口団体割引10%を適用することにより、団体扱以外のご契約（保険期間1年・分割払）と比べて約14.3%割安になります。

十分な備えになっているかを保険のプロへご相談ください。

<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

〒790-0001 愛媛県松山市一番町4-3 NTT愛媛支店ビル別棟1階

四国営業所



0120-772-560

きらら保険サービス

LINE公式アカウントできました！



<引受保険会社>

三井住友海上火災保険株式会社

MS&AD INSURANCE GROUP

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)

※月曜日等の休日明けは大変電話が混み合い、つながりにくくなりますのでご容赦願います。