

# 四国愛友会会報



第204号



令和5年  
10月号

《秋らんまん牧野富太郎の聖地清源寺》  
(撮影) 田中 一郎さん (佐川町)

## 主な内容

### ● NTTグループの動き

- ・ NTT ドコモ四国支社支社長あいさつ … 2

### ● お知らせ

- ・ NTT 西日本主催  
退職者交流会の開催について …… 3

### ● 支部だより

- ・ 野球拳おどり (愛媛) …………… 3
- ・ 安全祈願祭 (愛媛) …………… 4
- ・ 敬老の日施策 (愛媛) …………… 5
- ・ 趣味の作品展 (香川) …………… 5

### ● イベント情報 …………… 6

### ● 健康のページ

- ・ 私の健康法 (愛媛) …………… 8

### ● ドキュメント

- ・ 古稀にして惑う (徳島) …………… 9
- ・ 戦後78年に想う (愛媛) …………… 10
- ・ 今は昔話 (後編1) 貸農園の開墾  
から現在まで (愛媛) …………… 12

### ● 私は今 会員の皆さんの近況

- ☆傘寿の方々を対象 …………… 17

### ● 俳句 (徳島) …………… 32

### ● 敬弔 …………… 33

### ● 表紙の言葉 …………… 33

## NTTグループの動き

### 就任のご挨拶

NTTドコモ四国支社支社長

上月 大



このたび、6月19日付でNTTドコモ四国支社支社長に着任いたしました上月大と申します。

皆様には、NTTグループの事業運営に関して、平素より格別のご配慮とご支援を賜り誠にありがとうございます。

まずは、簡単に自己紹介させていただきます。私は平成7年にドコモ（当時はNTT移動通信網株式会社）に入社し、長野支店に配属となりました。幸運なことに入社3年目に長野オリンピックがあり、事前準備からオリンピック期間中の携帯貸出ブースの支援など、大変貴重な経験をすることができました。その後は、本社の経営企画・財務・人事などのコーポレート業務が比較的長かったものの、要所々々で料金センター出向や法人営業などのフロント業務も経験するなど、比較的

様々な部署を渡り歩きました。

今回長野以来の地方勤務となりましたが、四国は縁もゆかりも無いため分からないことばかりですが、逆にそれが新鮮であり、日々楽しんでおります。

家族（愛犬たち含む）で高松にきましたので、仕事はもとよりプライベートも充実した日々が送れるようにしたいと思っております。

さて、ここ数年の新型コロナウイルスの蔓延という苦しい局面において、リモート業務や非接触型決済などの我々の提供するサービスやソリューションが、社会不安解消のために少なからず貢献できたと自負する社員も多いのではないかと思います。

今年に入り、感染症法上の位置づけがら類へと引き下げられたこともあり、コロナ以前の頃の人流も戻り、海外からの渡航者も沢山見受けられるようになりました。

社会活動が正常化していくことは非常に喜ばしいことではありますが、せっかく進んだリモート化やデジタル化の機運を後退させることなく、さらに発展させることで少しでも社会にプラスになるよう取り組んでいきたいと思っております。

また、今年7月よりコンシューマ通信およ

びスマートライフ事業において、地域マネージメントの方針を見直しました。全国の支社を5つのブロック※に分け、そのブロック支社長に権限と裁量を移譲することで、より主体的かつ機動的な地域マネージメントの実現を図っていきます。

四国支社は中国支社・九州支社と同ブロックであり、3つの支社の頭文字を取って、「中四九（なかよく）ブロック」の通称で連携を進めてまいります。ブロック内でお互い良い事例等をシェアし連携し合うことはもちろんのこと、3支社の市場が多少異なるが故にそれぞれが得意・不得意がある中で、相互が補完し合うことが大事になってきます。

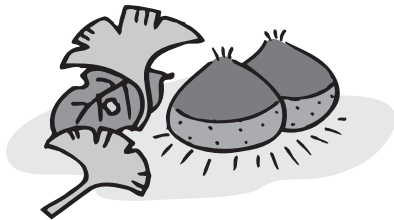
そのためには、四国の市場を生かして「四国だからこそ」という部分を見出し又は創出し、それを更に伸ばしていけるよう取り組んで行きたいと思っております。

さらに、同じく7月から各支社の営業部内の「スマートライフ担当」を新たに「スマートライフ部」に昇格させました。ドコモがさらに成長するためには、スマートライフ事業の伸長が欠かせません。体制強化を図り、金融・決済事業に続くサービスの成長・創出の具体化に向けて全社で取り組んでおりますので、引き続きご支援・ご協力賜りますようお願いいたします。

何卒よろしくお願いいたします。  
 最後になりましたが、電友会の益々のご発展と皆様方のご健勝を祈念いたしまして、着任のご挨拶とさせていただきます。

※5つのブロック

- 東北ブロック…北海道支社・東北支社
- 関西ブロック…東海支社・北陸支社・  
 関西支社
- 九州ブロック…中国支社・四国支社・  
 九州支社
- 首都圏ブロック…首都圏支社
- 関信越ブロック…関信越支社



コロナウイルス感染拡大の影響で令和元年度から開催を見合わせていましたNTT西日本主催の退職者交流会（『NTT西日本グループの事業動向説明及び交流会』）が4年ぶりに開催されます。皆様のご自宅に送られた案内ハガキを返信のうえ、こぞって参加願います。

地域	日 時	場 所
愛 媛	2023年11月13日(月) 13:00～15:00	ANA クラウンプラザホテル松山 4 F ダイヤモンドボールルーム
香 川	2023年12月4日(月) 12:00～14:00	JR ホテルクレメント高松 3 F 飛天
徳 島	2023年12月5日(火) 15:00～17:00	JR ホテルクレメント徳島 4 F クレメントホール
高 知	2023年12月6日(水) 17:00～19:00	三翠園 富士の間

お知らせ

☆NTT西日本主催  
 退職者交流会の開催について

支部だより



「第58回松山野球拳おどり」が開催されました（NTT西日本グループ連）

松山最大のお祭り「第58回松山野球拳おどり」が4年振りに通常開催され、NTT西日本グループ連として8月10日(木)に参加されましたので報告します。

今年は人数制限のない完全復活の松山野球拳おどりで、松山を盛り上げ、賑やかさを取り戻そう、そして皆さんに笑顔になってもらおうと、立石支店長をはじめ100名近くもの社員が参加し、猛練習の成果を3か所の会場で計4回に渡って披露されました。

「アウト、セーフ、ヨイノヨイ！」の掛け声とともに、今回のNTT西日本グループ連は「町の縁日やお祭り」をテーマとした演舞で、仲間同士が楽しく踊る様子を表現し、太鼓や笛、鈴などの賑やかさを入れて懐かしさと楽しさと笑顔溢れる野球拳おどりを大勢の観客に届けていただきました。

参加された皆さま、素晴らしい踊りで松山を盛り上げていただきありがとうございました！



**新四国支店ビル（仮称）の安全祈願祭  
が実施されました**

2023年9月4日、松山市一番町4丁目（旧愛媛支店ビル1棟）で建設を進めている新四国支店ビル（仮称）の安全祈願祭が実施されました。

当日、NTT西日本の坂本英一代表取締役副社長、黒田勝己取締役経営企画部長、真鍋俊賢経営企画部CRE推進室長、立石篤志四



国支店長をはじめ、NTTグループ、建設関係者約30人が出席。坂本副社長らがくわ入れや玉串の奉納を行い、工事の安全を祈りました。

新ビルは、鉄筋コンクリート造り（一部鉄骨造り）の6階建て。敷地の境界に沿って幅約7メートルの歩行スペースを一般に開放するほか、地域住民も利用できる企業内保育所を設置します。2024年12月の完成予定です。

### 敬老の日施策

愛媛電友会では、令和2年度から始めた「敬老の日施策」を今年も9月18日の敬老の日に90才以上の120名の方々へ吉岡愛媛電友会会長のメッセージを添えてお菓子（薄墨羊羹）を贈りました。

また、お菓子の到着を見据えた頃に対象者の方々に、愛媛電友会の女性会員及び役員を中心に、ご長寿のお祝い  
を肉声の「お元氣コール」  
として発信しました。



敬老の佳き日、ご長寿のお喜びを申し上げます。

平素は、電友会の諸活動に対しまして、ご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。令和5年の敬老の日にあたり、些少ですがお菓子を贈りますので、ご笑納下さい。

これからもご健康で明るくお過ごし下さいますようお願いいたします。

令和5年9月18日

愛媛電友会会長 吉岡 広志

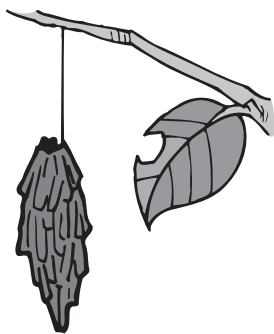


### 第5回趣味の作品展の開催について

第5回趣味の作品展を令和5年11月28日（火）30日（木）10時～16時、30日は15時までで開催します。

開催場所は瓦町FLAGの8階にある「市民交流プラザIKODE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。


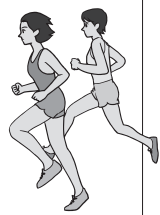




## &lt;イベント情報&gt;

## ■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204号配布</li> <li>親睦ゴルフ大会 チサンCC (10/26)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>令和5年度退職者交流会(NTT西日本主催) (11/13)</li> <li>本部ボランティア活動表彰式(11/15)</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> <li>令和5年度地域交流会</li> <li>常任幹事会(12月上旬)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <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5年度地域交流会</li> <li>常任幹事会(3月予定)</li> </ul>
香 川	<ul style="list-style-type: none"> <li>会報204号配布</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>第5回趣味の作品展</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>令和5年度退職者交流会(NTT西日本主催) 12/4</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>会報205号配布</li> </ul>
徳 島	<ul style="list-style-type: none"> <li>10月号会報発送</li> <li>NTTアドプトプログラム吉野川(予定)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>日帰り旅行 2023.11.9 高知</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>役員会</li> <li>令和5年度退職者交流会(NTT西日本主催) 12/5</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>退職予定者への入会 勧奨1~2月</li> </ul>
高 知	<ul style="list-style-type: none"> <li>10月号会報手配り</li> <li>第3回役員会 (編集委員会)</li> <li>5役会</li> <li>観光開き清掃</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>OB親睦旅行</li> <li>帯屋町シンボルロード花壇整備</li> <li>5役会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>文化講演会</li> <li>令和5年度退職者交流会(NTT西日本主催) 12/6</li> <li>車椅子清掃</li> <li>5役会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1月号会報配送</li> <li>第4回役員会 (編集委員会)</li> <li>現金自治検査</li> <li>観光開き清掃</li> </ul>

## ■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>①松山秋まつり (10/5~10/7)</li> <li>②西条まつり (10/14~10/17)</li> <li>③新居浜太鼓まつり (10/16~10/18)</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>第61回愛媛マラソン (2/11)</li> </ul>
香 川	<ul style="list-style-type: none"> <li>高松市菊花展競技会 (10/21~11/20) 〈高松城跡玉藻公園〉</li> <li>丸亀城菊花展 (10/21~11/13) 〈丸亀城内〉</li> <li>宇多津秋祭り (10/28~10/29) 〈宇夫階神社〉</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>銭形砂絵「寛永通宝」砂ざらえ(10/29)</li> <li>まんのう公園ウィンターファンタジー (11/25~1/8予定)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>引田ひなまつり (2/下~3/上)</li> <li>宇多津の町家と雛祭り(3/上)</li> </ul>
徳 島		<ul style="list-style-type: none"> <li>秋の阿波おどり~阿波おどり大絵巻~ 2023年11月3日(金)・4日(土)の2日間、 入場無料、徳島市山城町東浜傍示1-1 アスティとくしま</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>令和5年度退職者交流会(NTT西日本主催) 12月5日</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>徳島マラソン 2024年3月24日(日) 開催予定</li> </ul>

	10 月	11 月	12 月	第4四半期																												
高 知	<p>■高知県観光キャンペーン「リョーマの休日」 『牧野博士の新休日～らんまんの舞台・高知～』高知県観光博覧会！ 令和5年3月25日～令和6年3月31日、牧野富太郎ゆかりの県下各地で開催中</p>																															
	<p>●朝ドラ「らんまん」にあわせた企画展 「ある日、彼はこの山で大きな夢に出会った」 越知町・横倉山自然の森博物館 3月から開催中～2024年3月3日まで 休館日：毎週月曜日（祝日の場合は翌日）及び12/29～1/3</p>																															
	<p>■JR 四国観光列車「志国土佐 <sup>トキ</sup>時代の夜明けのものがたり」10～12月運行予定 土讃線 高知駅～窪川駅間 毎週土・日・月曜日（一部除く）と11/23 ごめん・なはり線 高知駅～奈半利駅間 毎週金曜日（12/29除く）</p>																															
	<ul style="list-style-type: none"> <li>越知町コスモスまつり 越知町宮の前公園 (9/30～10/15)</li> <li>四万十川ウルトラマ ラソン 四万十市&amp; 四万十町(10/15)</li> <li>土佐の豊穰祭2023 ／物部川会場／香美 市県立鏡野公園 (10/14～15)</li> <li>同／幡多会場／土佐 清水市めじかの里 (10/15)</li> <li>同／嶺北会場／早明 浦ダム直下ふれあい 広場(10/29)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>大川村謝肉祭 大川村朝谷さんそん 広場(11/3)</li> <li>土佐の豊穰祭2023/ 高知市会場／高知市 中央公園(11/4～6)</li> <li>同／高幡会場／四万 十町緑林公園(11/5)</li> <li>CASIOワールドオ ープン 黒潮カントリークラブ (11/23～26)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>高知龍馬マラソン 2024 第10回記念大会 高知市など(2/18) エントリー 10/31 まで</li> </ul>																												
<p>●高知新港 クルーズ客船寄港予定(変更される場合あり) 最新情報は <input type="text" value="クルーズ船"/> <input type="text" value="高知県庁"/> で検索</p> <table border="1"> <tr> <td>10/17 セレブリティ・ミレニアム</td> <td>7:00入 17:00出</td> <td>11/4 セブンシーズ・エクスプローラー</td> <td>7:00入 16:00出</td> </tr> <tr> <td>10/24 セブンシーズ・エクスプローラー</td> <td>7:00入 16:00出</td> <td>11/10 チャイナ・マーチャンツ・アデン</td> <td>10:30入 16:00出</td> </tr> <tr> <td>10/25 MSCベリッシマ</td> <td>7:30入 15:00出</td> <td>11/12 ダイヤモンド・プリンセス</td> <td>7:00入 17:00出</td> </tr> <tr> <td>10/26 ウエステルダム</td> <td>10:00入 20:00出</td> <td>11/14 セブンシーズ・エクスプローラー</td> <td>8:00入 16:00出</td> </tr> <tr> <td>10/28 セレブリティ・ミレニアム</td> <td>7:00入 17:00出</td> <td>11/28 ダイヤモンド・プリンセス</td> <td>9:00入 18:00出</td> </tr> <tr> <td>10/31 チャイナ・マーチャンツ・アデン</td> <td>8:00入 13:30出</td> <td>12/11 にっぽん丸</td> <td>9:30入 17:00出</td> </tr> <tr> <td>11/3 MSCベリッシマ</td> <td>7:30入 15:00出</td> <td>2024/1/10 にっぽん丸</td> <td>9:00入 15:30出</td> </tr> </table>					10/17 セレブリティ・ミレニアム	7:00入 17:00出	11/4 セブンシーズ・エクスプローラー	7:00入 16:00出	10/24 セブンシーズ・エクスプローラー	7:00入 16:00出	11/10 チャイナ・マーチャンツ・アデン	10:30入 16:00出	10/25 MSCベリッシマ	7:30入 15:00出	11/12 ダイヤモンド・プリンセス	7:00入 17:00出	10/26 ウエステルダム	10:00入 20:00出	11/14 セブンシーズ・エクスプローラー	8:00入 16:00出	10/28 セレブリティ・ミレニアム	7:00入 17:00出	11/28 ダイヤモンド・プリンセス	9:00入 18:00出	10/31 チャイナ・マーチャンツ・アデン	8:00入 13:30出	12/11 にっぽん丸	9:30入 17:00出	11/3 MSCベリッシマ	7:30入 15:00出	2024/1/10 にっぽん丸	9:00入 15:30出
10/17 セレブリティ・ミレニアム	7:00入 17:00出	11/4 セブンシーズ・エクスプローラー	7:00入 16:00出																													
10/24 セブンシーズ・エクスプローラー	7:00入 16:00出	11/10 チャイナ・マーチャンツ・アデン	10:30入 16:00出																													
10/25 MSCベリッシマ	7:30入 15:00出	11/12 ダイヤモンド・プリンセス	7:00入 17:00出																													
10/26 ウエステルダム	10:00入 20:00出	11/14 セブンシーズ・エクスプローラー	8:00入 16:00出																													
10/28 セレブリティ・ミレニアム	7:00入 17:00出	11/28 ダイヤモンド・プリンセス	9:00入 18:00出																													
10/31 チャイナ・マーチャンツ・アデン	8:00入 13:30出	12/11 にっぽん丸	9:30入 17:00出																													
11/3 MSCベリッシマ	7:30入 15:00出	2024/1/10 にっぽん丸	9:00入 15:30出																													



## ☆「私の健康法」

柳原 寛信さん（松山市）

私は昭和25年生まれで今年73才になります。

昨年まで電友会の事務局業務に携わり年4回発行する会報の原稿のお願いをしていたこともあってか会報10月号の「健康のページ」への投稿依頼があつて私なりの健康法を紹介させて頂きます。

私は今から20数年前にウォーキングが有酸素運動に大変良いとTVを通して知り、それ以来毎朝1時間から2時間のウォーキングを行っています。（参考までに有酸素運動は①脂肪燃焼、②心肺機能の向上、③基礎代謝を上げる、④血圧の安定に効果があると言われています）

私のウォーキングはコースを4コース（東方面は道後温泉足湯（道後の湯神社内にある無料の足湯）コース、西方面は新田高校コース、南方面は総合公園コース、北方面は愛媛マラソンが行われる北条方面コース）を中心に時間帯を季節毎に変更し、3月から5月及

び9月から11月は朝6時から7時30分の1時間30分程度、夏場（6月から9月上旬）は朝の5時過ぎから約2時間程度行っています。

12月から2月末までは気温が低く心臓の負担にもなるので昨年までは休日の昼間に行っていました。今年からは毎日が休日なので変更する予定です。

ウォーキングの楽しみは季節ごとの草花に出会えることや新たな通行路を見つけることと知らない方々から「おはようございます」と声をかけて頂き、爽やかな気分になれることなどがありません。

このように私にとってウォーキングはお金も要らず最高の健康手段となっています。

更に、8000歩以上のウォーキングを週に1〜2回以上続ければ10年後の死亡リスクが大きく低下するという研究結果が京都大学と米カリフォルニア大のチームがまとめて発表されたことも参考になっています。

また、今年からは地域の会員の方から誘われて毎週日曜日に約2時間、近くの公園で地元の方々と楽しくグラウンドゴルフに励んでいます。

参加者の年齢層は60才後半から80才前半で、男性・女性含め多い時で12名程度を2班に分けて行っています。



《今からスタート！》

プレイしてみると簡単そうでも奥が深い（距離感、コースのうねり、グラウンドの湯き具合等）ですが、ホールインワンが出ると最高の気分を味わうことができるので、今では毎週日曜日が来るのが楽しみです。

松山市山越地区および近隣にお住まいの方でグラウンドゴルフに興味のある方は私の携帯（090-9556-1944）へ連絡頂くか日曜日に山越公園に来て頂ければご案内いたします。是非、一緒にエンジョイしませんか！



## ドキュメント

☆古稀にして感づ

藤原 正義さん (徳島市)



退職再雇用を経て65才まで勤めました。仕事はもうする気が起こらなかったのです、老後はどうしようか・・・?何にもしないでいると痴呆症になってしまいたいような気がして、何かしなくてはと考えました。

取りあえずは、退職してすべ二つのOB会(電友会・労組退職者の会)に入会しました。そしてしばらくすると、労組退職者の会でハイキングのようなイベント「里山楽歩の会」なるものの存在をみつけて参加しました。単発ではなく、何か継続的に出来るものや

これまでの会社組織以外の人たちと関われる活動はないかと探し、現役時代から取り組んでいた映画やドラマのエキストラを本格的に徳島県エキストラバンクに登録しました。ペン習字と英会話講座の習い事も始めました。こうして退職後1年間程は何をやるうかと色んなイベント類を覗きに行くなど東奔西走しました。

あちこち手を抜けすぎて、3年目を迎える頃には何れかを切り捨てていかなければ身体が足りなくなってきました。

今では、継続的に活動しているものとして「労組退職者の会幹事」、「徳島県シルバー大 학교OB会役員」として活動に協力しながら「ペン習字講座」「シルバー大 학교英会話コース」で学んでいます。また運動系も必要だと思いい、カローリング「ぼちぼちクラブ」にも月2回ほど参加しプレイを楽しんでいます。

このように、何かをしなければと漁るようないろいろな事に手を出しましたが、少し疲れと迷いを感じるようになってきました。これらは本当にやりたかった事なのか、「古稀にして感づ」人生が始まりました。

平均寿命まで頑張っても後一〇年、そこで自分探しの旅を始めようと、コロナ禍で中断していた現在二巡目の四国八十八ヶ所巡礼旅

を再開しました。県外など遠方はマイカーでは少し不安を感じるようになってきたので、今はバスツアーで挑戦しています。本当にやりたいことを探し当てて人生の終盤は楽しい思い出とともに来世への旅に出たいと考えております。

写真は、平成30年7月に脇町「うだつの町並み」で行われたテレビドラマ「琥珀の夢」ロケ撮影(町人役)時の一枚です。



## ☆戦後78年に想う

## 語り部の端くれとして

岡村 純雄さん（松山市）

私は、昭和13年3月、満州（中国東北部）で警察官をしていた父の長男として、旅順市（現大連市旅順口区）で生まれました。

警察官舎が、日露戦争の西雄・乃木大将とステッセル將軍の会見所として知られる水師営にあつたため、近くの日露戦争激戦地の二〇三高地や難攻不落の東鶏冠山（ひがしけいさん）ではよく遊びました。

昭和20年8月15日、旅順は暑い一日で蟬が騒がしく鳴いていました。

私が、外で遊んでいると、昼前に突然、母親に家へ呼び戻され、ラジオの前へ正座をさせられました。

ほどなく正午を迎え「…堪え難きを堪え、忍び難きを忍び…」と、天皇陛下の甲高い声が流れ、上目遣いに父の横顔に目を遣ると、涙が頬を伝わり嗚咽していました。

父は、柔・剣道と相撲の心得がある堂々たる体躯だったので、常日頃、威圧感すら覚えていた私は、思いもかけない姿を目の当たりにし、大変なことが起きたのだ、と察しまし

た。

それから間もなく、父はシベリアへ抑留される身となり、残された私たち5人の兄弟姉妹（9才の姉を筆頭に3人の男と1才の次女まで）の身は一転、齢、30の母に託されることになりました。

母は、糊口を凌ぐため、着物や家財道具に加え日用品などを仕入れ、往來の道端へゴザ2枚を広げた露店で売り捌き、長男の私は、母親を助ける役目を担いました。

ある日のことでした。

母が座っているゴザの方で、数人の支那人（当時はそう呼称していた）が、何やら盛んに喚ぎたてていました。その様子に気を取られ、思わずそちらの方へ顔を向けた僅かな隙を突いて、私が座っていたゴザへ並べてあった高額な品（それが何であったか、今は記憶にありません）が盗まれてしまったのです。

いや、盗まれてしまったと言うよりは、盗まれたことにすら気づかず、後に母に指摘され事態を知った、というのが真実でした。

一日中店を開いてもわずかな利益しか得られない商売のため、品物一つとは言え盗まれることがどんなに痛手であるか、子ども心にも十分承知していたはずでしたが…。

しかもこの世界では、この種のテクニク

は日常茶飯事の常套手段であることを、前もって言い聞かされていたにもかかわらず、ついその手口に引っかけってしまったのでした。

母は「今日は日が悪い、店を閉めてもう帰ろう」と、私を一言も責めることなく、労わるように声をかけてくれました。その時の母の心中は、いかばかりだったでしょうか。

叱責は言うに及ばず、愚痴の一つや二つはこぼしたかったであろうと、想像するのは難くありませんでしたが、何故か、素直に謝ることができませんでした。

その後、私たち一家は、帰国に備え旅順から大連へと移動し、知人宅へ身を寄せました。そんなある日、突然、父が姿を現したのです。

シベリアへ列車で護送される途中、かつて勤務し土地勘のあった開原付近で鉄格子を破り、列車の屋根から見張っていたソ連兵の銃をかくくくって飛び降り、大連までの約500キロの道のりを逃げ隠れしながら辿り着いたと、後年、母が語り聞かせてくれました。

シベリアへ抑留された人員は、武装解除した日本兵や民間人など57万人余、厳寒の地で過酷な労働を強いられ、命を落とした人は5万8千人を数えると言われております。

そして、昭和22年3月、一家揃って無事、日本へ帰って来ることができました。

侵攻してきたソ連兵の手籠めにされることを恐れて押入れへ身を潜め、あるいは、頭を丸め男装を装った女性たち、さらには、愛しいわが子を中国人に託し「残留孤児」という悲劇を生んでしまった一家など、言い知れぬ目にあつた人が数多い中、家族7人、誰一人として欠けることなく無事に、しかも元気で帰還することができたのは、筆舌に尽くせぬ両親の苦勞があつたからに他なりません。

戦後78年。

激動の「昭和」から「平成」、「令和」へと時代は代わり、あの忌まわしい戦争の惨禍が風化していくことは避けられないでしょうが、毎年、8月15日を迎えると、玉音放送に嗚咽するとともに家族を守るため、シベリアへの護送列車から脱走してきた父、飢えを凌ぐため、旅順の街の道端へゴザ2枚を広げた露店での一幕、さらには、その時の悲しげな母の横顔など、八十路半ばを迎えた今なお脳裏に蘇り、忘れることはありません。

私たち一家が、第二次大戦により辛酸を嘗めた満州での日々を、命ある限りこれからも語り継ぐのは、戦争の惨禍を再び招かぬよう、天国の両親から私に託された使命であると胸

に刻んでおります。

(完)

(注1)

現在、核兵器は、世界で九カ国(アメリカ、フランス、イギリス、中国、ロシア、インド、パキスタン、北朝鮮、イスラエル)が一万二千五百発保有し、その威力は、広島に投下された原子爆弾の三千倍であると言われています。

(注2)

第二次大戦で、広島と長崎へ投下された原子爆弾による死亡者は、広島、市民三十五万人中十四万人(推計)、長崎、市民二十四万人中七万四千人(推計)と言われています。

〒七九一〇一一二

愛媛県松山市下伊台町二三〇九一〇八  
岡村 純雄(八十五歳)

【住所】

関東州旅順市外田家屯内号

【家族構成】

岡村 信 候(四十二歳) 警察官

佐津喜(三十歳)

真理子(九歳)

純 雄(七歳)

敏 夫(五歳)

幸 賢(三歳)

博 子(一歳)

(注)

住所は、私の誕生の地を、年齢は、昭和二十年八月十五日現在をそれぞれ表記しました。



☆今は昔話（後編1）  
貸農園の開墾から現在まで

森山 舜陽さん（松山市）

※会報203号（P30）で今は昔話（前編）を投稿いただきました後編です。

農園は放置ミカン山を公民館が自分で開墾する条件で貸し出したものです。

☆開墾一苦労の話

開園から10カ月後借り手のない、畑の区画の最上段を借りてくれたらとの話。下見に行く通路はなし、表土は10数センチほどしかなくシルト盤が出るところだったので交渉。ただし通路や雨水の排水溝の工事は終わっているのに、無理、自前でのこと。雨が降る



《放置ミカン山》



《開墾》

と畑の上の山の斜面の草原から雨水と土が流れ込むこと、雨のたびに排水溝の掃除や電柵の下草刈りも必要です。



《四段の整地》



《土留の竹の切出し》



《苦労して通路・排水溝づくりを》



《畑の西側は現在でも表土は10cm位》

☆畑維持の一苦労の話

普通の畑と同じですが、山の中腹で傾斜地、隣は野原です。水やりや、害虫の飛来が多い点で、手間がかかります。

野原の隣なので害虫対策は、飛来防止減少策でウコンによるバンカープランツ。農薬は、生物農薬（BT剤・対象の害虫あり）で、虫

の捕獲テープも。2.3日間隔での水やりや、雑草取りの苦労。雨の翌日排水溝の土除去。少量多品種なので栽培場所割りのローテーション。畑は広くないので、平面の栽培は最小にして、スイカ等のツルものは、立ち木形式で栽培。色々苦労はありますが、楽しみながらの作業で気を紛らわしています。

☆畑で収穫した西洋野菜（主にイタリア）一般のお店ではあまり見かけない野菜等です。



《フェネル》



《エンダイブ》



《タルディーボ》

フェンネルは白い所はサラダやスープに、茎や葉は肉や魚の調理のブーケに。エンダイブはサラダに、スイスチャドはポイルや炒め物に。タルディーボは高級サラダ野菜、イタリアでは冬に根付きで収穫し、かごに入れて覆いをして、水槽の中で育てると赤と白の鮮やかなコントラストのものに育ちます。タルティーボはサラダの食材の王様です。ビーツはロシア料理の、綺麗な真っ赤なスープポル



《スイスチャド》



《ビーツ (ロシア)》



《ズッキーニ 左：ロシア 右：ギリシャ (丸) イタリア》



《イギリス・ウェールズのネギ 直径5〜7cm》  
(フランス語：ポワロー イタリア語：ポッコ)

リーキ イギリスウェールズの国花・国章でもあり、柔らかく美味しい西洋ネギです。ウェールズの守護聖人デイヴィッドのシンボルです。彼は、ウェールズの軍人に、戦場で敵味方の区別をするために帽子にリーキをつけさせまし

リーキ

シチヤ、サラダに。ズッキーニは種類も色々で、色々な料理に。



《ボルシチに定番のサワークリームを入れて》

また日本ではあまり出回っていませんが、ブラッドオレンジでイタリアのタロッコオレンジは中身が真っ赤で、美味しいオレンジです。我が家は鉢植えです。初代タロッコオレンジは、マダラカミキリムシに幹をやられ枯れました。2代目タロッコオレンジは、令和2年11月、またマダラカミキリムシに幹をやられました。3代目の世代交代は？!!

チーズ料理、スープ、サラダ(どちらもプランター植え)肉、魚(白身)料理、サラダ色々と食卓もバラエティーになります。



《キャラウエー》



《チャービル (またセルフィユ)》

キャラウエー、チャービル

た。それにちなみ、3月1日の聖デイヴィッドの日 (St. David's Day) には、リーキを身につける習慣があります。

ライム  
レモンよりさわや  
かな味（鉢植え直径  
65cm）



《カクテルに→ジンライム！》

ブラッドオレンジ  
（真っ赤な実）の種  
類はスペインのサン  
グイネッロやイタリ  
アのタロッコとシチ  
リア島のモロ（小型）  
があります。



《6年目でやっと生りました》



《実は真っ赤》



《ラグビーボール型  
の縞模様》

☆一般的野菜ですが、色々な種類が!!  
○スイカの形色々!!（大きさは8〜10kg程度）



《シカクマメ》

シカクマメ



《アビオス(数珠つなぎのイモ)》

☆変わった野菜  
土の中のイモと空中のイモ



《エアポテト、または宇宙イモ（つるで空中になるイモ）》



ツタンカーメンのエンドウ豆  
紀元前14世紀第18王朝の王、ツタンカーメンの墓から出たと言われているエンドウ豆、ご飯を炊いて一晩保温しておく赤飯の様に!



ツタンカーメンの  
豆と鈍豆



《ツタンカーメンのエンドウ豆》



《丸型の黒》



《ラグビーボール型の黒色》



その他色々

《サフラン 香辛料や漢方薬（赤い花弁を乾燥=0.4g千円）》



《ウコン カレー粉の原料》 《ジャガイモ シャドウクイン(紫色と西海31号(赤色))



《鉈豆 莢の長さ30cm》

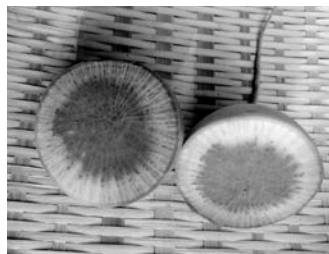
○キュウリで一言(もの資料によると) キュウリは自分の身を守るためロウ質の白い粉(ブルーム)を出していました。この粉(ブルーム)が農薬反対の風潮とあいまって、



《独活(ウド)》



《アップルゴーヤ(丸い形で白色と緑色)》



《紅くるり大根(赤色)、天安紅心大根(緑色・白色・赤色)、中国青長大根(緑色)、サラダで》

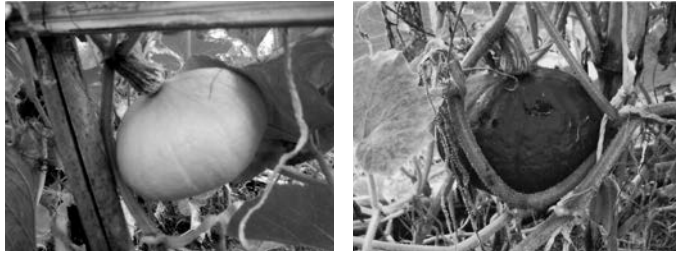


《中国系の四葉キュウリ(イボが多い)長さ40~45cm》  
中華料理に! 日本料理に!

残留農薬と誤解され不評でした。カボチャの台木に接ぎ木されたキュウリはブルームを形成できませんので、皮を厚くして身を守るように。曲がりがない、皮が厚いと運搬には都合が良い、店頭では日持ちが良い等あいつて、見栄えと、日持ち優先。他のウリ系との接ぎ木で以前の味ではなく、味は不味くなっています。(香りが無い、無味無臭に近い感じがする)その点、四葉キュウリは、改良されてないものは、味は美味しいです。近年は四葉キュウリも、四葉系の名で他の品種とで、改良されたイボの少ないものが出ています。味は?

☆カボチャの交配 畑の遊び心

毎年作物を栽培して楽しんでいますが、「少し遊び心で楽しみを増やしたい」と思い、ふと気づいたのがメンデルの遺伝の法則でした。見た目がはつきりして、楽しみやすい、カボチャにしました。交配1年目は、赤（打木赤）と緑（ほっこり133）を交配。



《カボチャ 赤と緑を交配しました。(2020年)》



《交配が出来ました。》

翌年はこれの種を数粒栽培、次の多くを栽培すると色々多くの種類が出来ますが、狭い畑と手間に限りがあります。

赤地に少しの緑の縞模様と写真は撮り忘れましたが、色合いの正反対の緑地に少しの赤



《赤地に少しの緑の縞模様》



《赤地が多い緑》

の縞模様、赤地が多い緑の縞模様と緑地が多い赤の縞模様が出来ました。メンデルの遺伝の法則を楽しんでいます。また次の栽培で、どんな縞模様のが出来るか楽しみです。

☆動物の食害

野菜の収穫の出来、不出来は、猿、カラス、ハクビシン次第で！毎年収穫が出来るとは限りません！？

ミカン山なので、スイカはカラスに、サツマイモは猪の被害が出てから電柵で防いでいます。ハクビシンは電柵の下から侵入、スイカが被害に。2020年には野兎。2022年は猿にカボチャ、スイカ、キュウリ、ナスが一部分やられました。今年2023年は猿にやられ、カボチャ、キュウリ、スイカは全滅状態です。

☆自然災害

今年は6月30日の大雨で、畑の上隣りのミカン山から、表土の流失があり、畑三分の一は使用不能。他の所も泥水が流れ込み収穫は半減です。自然災害にはどうにも？ これから日射病にならないように、気をつけて復旧工事をします。

次回は後編2で（西洋野菜を栽培するきつかけ）



《下から上を》



《バンカープランツのウコンも無残》



## 私は今

今月号は、「傘寿」を迎えられる方々を対象に近況報告をいただきました。

### ◇ 池内 千尋（松山市 H11年退）

NTT等を退職以来16年余、幸い健康には恵まれ、八十路を迎えるまでは、趣味の旅行・GOLF等は続けたいと思ってましたが、昨年コロナ禍の最中、原因不明の体調不良に見舞われ（検査は「陰性」、回復に数カ月を要しました。コロナ禍と合わせた巣こもり生活により、続けてきた旅行・GOLF・交流会等も中止・自粛せざるを得ませんでした。今後は、体調とも相談しつつ、この間にやり残したことを取り戻しながら、「実のある八十路」となれるよう頑張ります。

### ◇ 石水 賢次（西東京市 H12年退）

皆さまお元気でしょうか？すっかり「無沙汰」しています。  
早いもので傘寿を迎える年齢になりました。ほとんどの勤務は四国でしたが、西東京市に住居を構えています。

2015年に妻が、くも膜下出血で倒れ後遺症のため、それ以来、老老介護をしています。

す。

電友会の皆様には何かとお世話になっています。ありがとうございます。

### ◇ 岩崎 正朔（丸亀市 H11年退）

自分が生きてきた道すじと言え、お世話することが増えると一日の時間がとても短く感じますし、たまにイライラすることもありますが、このような環境の中で20年あまり企業カレンダーの写真を担当してきましたが、2024年版で終わりにしようと思っっています。

これからの撮影は、月単位で追われることなく気ままにやりたいと思います。今回の写真は、昨年12月に誕生した曾孫と今年の盆休みに写したものです。



《曾孫と一緒に》

また、本年6月16日より全国自治会連合会の副会長に就任しました。お世話する範囲が広くなりますが、健康に留意して頑張る所存です。

### ◇ 上枝 文敬（高松市 H11年退）

健康で元気に、傘寿を迎えられることに、幸せと喜びを感じる今日この頃です。

これからも趣味のパークゴルフを友に、次なる米寿を迎えたいものです。我が人生「終着駅は、神のみぞ知る」——拝

### ◇ 植田 忠生（阿南市 H11年退）

パソコンが老朽化したので取り換えるにあたり、店頭販売員の助けを頂きましたが、作業項目ごとに有料のものもあり、うまく進展せず困惑していました。

そんな中、数年ほど会費を払い続けてきたNTTリモートサポートサービスを思い出し、問題点を何度か問い合わせ、担当者の的確かつ親切丁寧な説明を頂き、概ね1週間ほどかかりましたがデータの移行も完了し、現在順調に利用しています。

利用するのはワード、エクセル、メール送受信、資料整理、情報収集・検索等でパソコン機能の数パーセントしか活用していないの



大洲の雲海

《大洲の雲海》

ではないかと思つていますが、今のところ80才を迎える老人の便利なオモチャとして愛用しているところです。

◇ 上田 満州男 (松山市 H12年退)

54才で早期退職しました。理由は長男の就職難でした。何とか一緒に仕事をしたいと思いましたが未だ未達成です。原因は私の非力です。

南堀端町に小さなビルを買い、不動産業、抹茶カフェ、ホームペーシ作成、観光DVD作成などを手がけましたが、現在は観光マグカップ作成販売を行っています。ほとんど休眠状態。

一方、大洲で約20坪の農業小屋を自作し寝食しながら約1000坪の百姓をしてポポーやシャインマスカットの栽培をしています。写真だけが唯一の趣味です。以上ご報告いたします。

◇ 内田 忠宏 (三好市 H15年退)

退職を目前にして幸運にも、趣味の登山を生かせる仕事として、剣山の近くにある一ノ森ヒュッテの管理人に就くために、退職して二十年になります。

九年間の管理人生活でしたが、そこでの経験が退任後のライフワークとなりました。着任と同時にシカによる食害が拡大し、貴重な高山植物が見る間に食べつくされて行くのを見て何とかしなければとの思いを強くしました。



《三嶺山頂にて》

現在は徳島県シカ被害対策委員・同希少野生生物保護巡視委員として、剣山ではキレンゲシヨウマ等の希少植物、三嶺ではコメツツジの保護に努めています。植物保護ネットは厳しい風雪で痛みが激しく補修のため度々山に登っています。それと同時に数百年山を守って来た巨樹と出会うために深山をさ迷っており、近く日本一の樹齢約千年の山の主のゴヨウマツに会いに行きます。

## ◇ 大石 純子（高知市 H12年退）

お世話になっていきます。  
早いものでもう傘寿！お陰様で今のところ病気なしで親に感謝しつつ、毎日パッチワークを楽しんでいます。幸い老眼もないことが長く続けられた要因かもしれません。

私は運動が苦手でも何もないから、小さな畑で10種類位の無農薬野菜や花を育てて身体を動かしています。

これからも趣味を楽しみながら心穏やかに過ごしていきたいと思っています。

## ◇ 大崎 順平（高知市 H10年退）

私は今、憂鬱である。高知の会報にも書いたが、腰痛を病んでいて、最近背中も痛くなった。時々、体操等をして努力はしているが回復の兆しはない。だから何もしていない。何が楽しみかと問われると「図書館で推理小説を借りて読むこと」と答える。テレビの「脳ベル笑」とか「貴方は小学5年生より賢いの？」等クイズ番組を見て脳を鍛えて？はいいるが、ぐうたらな生活を送っている。「夜、床に就き朝起きて気がついたら死んでいた」のであれば楽だなあ。さあ、終活だ！

## ◇ 大塚 史朗（松山市 H12年退）

町内会役員の有志で結成された「西石井町内会ゴルフ競技会」に参加して10年・・・友人・仲間が沢山できました。ゴルフ競技会終了後に居酒屋での表彰式・懇親会を楽しんでいます。

また、農家より200坪の田畑を借り受け、6人の友人達と野菜づくりに励んでいます。早朝、畑に行くとな誰かが来ており野菜づくり談義に花を咲かせています。

## ◇ 大西 恒温（松山市 H17年退）

退職して早や22年、傘寿となりました。その間毎年日々忙しく過ごしております。

毎年ルーチ的に庭木の剪定や畑での野菜づくり、庭ではミニトマト、ゴーヤ、スイカと継続しており、今年も豊作でした。ただ日々草との戦いが続いております。敵は24時間営業、削っても、燃やしても、蹴っても勝ち目ありません、完敗です。

さてここでは小生の趣味の世界の一つを紹介したいと思います。

現在我が家には、車が4台、バイクが大小合わせて6台有り、これらのメンテナンスと必要な車検はユーザー車検で行っています。

ここでは長年我が家にある愛車遍歴を紹介

したいと思っています。

この車は1976年生で御年49才、故有って我が家へ引越してきて既に43年が経ちました。その間のレストアとメンテナンス等を逐一紹介掲載すると紙面が幾らあっても足りずうもないので簡潔に述べます。

我が家にはガレージとピットがあり、必要な工具類は全て揃っているようです。特殊専用工具等が必要不可欠なもので無いものは殆んど自作しました。

先ず、車体の補修と全塗装を行いました。それから40数年間に主に次のような作業を記憶にある事を順不同で。

先ずエンジンや、ミッション載せ替え、点火装置の電子化ダイレクト化や、電動パワステ改造、パワーウィンドウ、キーレスエントリーの取り付け、クーラーの取り換え、オートクルーズ・オートライトの作成、オルタネーターレギュレータの電子化、全てのライト類のLED化、その他インテリアのバージョンアップや、足回りの改造と消耗品の交換等、メンテナンス全般と数え上げれば切りがありませんが継続中です。

そう言えば去る旧車会で最優秀の盾を頂いた記憶もあります。

まもなく世間では私奴の年ともなると、免



《コックピット》

許証の自主返納の時期のように言われていま  
すが、今しばらくは考えないようにし趣味の  
世界に浸って遊びたいと思っております。  
以上拙文ではございますが失礼いたしま  
す。



《エンジンルーム2》



《エンジンルーム1》

◇ 大政 敬幸 (伊予市 H17年退)

体のガタとともに、2カ所の病院、1カ所  
の治療院に通院しながら、老人会のカラオケ  
サークルや季節の野菜を植え(今年はナス・  
キュウリが豊作)今は大和芋の収穫を楽しみ  
にしています。

また、「ゴルフ仲間と月1「ゴルフをしながら、  
これ以上体にガタが来ないように頑張ってい  
ます。」



◇ 小笠原 弘子 (三豊市 H13年退)

2年前から市内の小学校・中学校へ三豊市  
国際交流協会主催の「旧満州引き揚げ出前授  
業」に講師として引き揚げ体験者とともに参  
加しています。

戦争体験者が次第に減少している中、私は  
当時2才で記憶はありませんが、両親から聞  
いた話や平凡な一市民が国策に翻弄され苛酷  
な引き揚げ体験をしたこと、引き揚げ後も続  
いた生活の苦勞等です。

次の世代を担ってゆく子供達に平和の大切  
さを長く語りつないでいきたいと思えます。

◇ 岡部 辰志（高知市 H13年退）  
 電電公社に入社した頃は（昭和39年）年配の先輩方が「おじいさん」のように感じたことが懐かしく思い出されます。  
 私も今はその時の先輩達の年令を越えてしまいました。若い時は先の事など考えたこともなかったですが、自分が80才になったとは年月の早いことに驚いています。

この頃は部落の行事やら家の周りの雑草を



《旧満州引き揚げ出前授業》

刈ったり、元気に日々暮らしております。  
 退職して23年が過ぎました。皆様もお身体大切に。



◇ 鎌野 愛子（高松市 H12年退）

光陰矢の如く早や傘寿を迎えることと相成りました。

子供の頃「80才の方は長命だな」と思っておりましたが、自分がその年令になり身体も充分に衰え、病院とおつき合いが増しておりますが、気持ちはまだ現役の時のように地域ボランティア活動に積極的に参加しております。

先月も市老人クラブ主催の演芸のつどいに総勢25名にて地域の唄と踊り「太田音頭」をレグザムホールの舞台で踊ったり、夫と共に民謡の会にも出演し、大きな声で唄ったり踊ったりし、老後を楽しんでいます。



《令和5年度「演芸のつどい」で太田音頭を披露》

◇ 神山 能子（新居浜市 H13年退）

今日は。新型コロナも5類に移行され、動きやすくなりましたが、今年の異常気象にうんざり……。冷房の効いた部屋でテレビとお友達。週1回のPPK体操とお手玉。月1回の公民館のシニア講座、料理に出かけ皆とおしゃべり満開です。

早く涼しくなることを願って……。皆様もお元気で。

◇ 川内 洋一（丸亀市 H11年退）

八朔（旧8月1日）が近づくと香川県の西讃（旧丸亀藩）地域では馬節句といって、木と鉄でできた馬の台に団子餅で馬の形を作り子供の健やかな成長を祝う風習があります。

一斗馬ですと子供が乗れるほどの大きさがあります。昔は農家の納屋の2階にはどこもこの馬の台があったものですが、今では馬を作る人が昔ほどおりません。

私は先輩の大西芳市氏と二人で、毎年保育所等で馬作りをして、この日本でもここにしかない伝統芸能を何とか継承していこうと思っています。



《仁尾の八朔人形まつりで作った3升馬》

◇ 菅 博雄（松山市 H12年退）

退職し14年、7月で七九才になりました。

毎朝、夜明け前の薄明りの頃、自宅を出て城山へ向かいます。約40分程で山頂広場に到着、興居島の小富士を見ながら20分程体を動かします。この時風があると気分も爽快、リフレッシュして下山開始。7時頃に帰宅します。雨の降る日以外は続けています。



《松山城山頂広場からの眺望》

また、市内への移動は自転車か徒歩で行い、体を動かすよう心掛け、健康寿命を保つていきます。

## ◇ 喜田 肇 (松山市 H11年退)

筋向かいの家の犬は、よく吠える番犬です。私が近づいても激しく吠えます。「早く顔を覚えてよ」と十数年来言い聞かせてきましたら、ようやく吠えなくなり、嬉しそうにすり寄って来るようになりました。

ところが最近、どうも以前よりもよく吠えているようなので様子を伺うと、何と我家の来客にも吠えています！真面目すぎる番犬は、仲良くなったからにはと、使命感に燃えているようです。飼主も「コメンネ」と謝るばかりで、はてさて、どうしたものか？

## ◇ 北岡 南海雄 (高知市 H11年退)

おかげさまで傘寿

人生50年といわれたのは古の話、今は100年といわれる時代。

健康維持のため何か対策をしないと時代に遅れるということで、対策と言えるほどではありませんが、晩酌の回数を少し減し、こまめに散歩を心がけ、体力増よりも現状維持を目標にしております。

なお、煙草はあるキツカケでスパッとやめて6年余りとなります。

吾が人生まだ先を目指して参りたいと思っております。

## ◇ 久保 由美子 (高知市 H13年退)

夕方 黒60g キジ100g 目も開かず  
へその緒の付いた2匹の子猫 我が家に  
放置も出来ず 翌朝 病院へ

道具を調べて 2時間おきの哺乳 育猫  
無事 元気に育って チョロチョロ 動きだし  
これからが大変 かわいいけれど  
傘寿を迎えた出来事

## ◇ 熊谷 淳一 (松山市 H12年退)

NTT・子会社を含め38年間勤め退職し、  
その後ハローワーク等6カ所の事業所において  
臨時雇として短期の仕事でした。主に就職  
支援業務に従事して76才で終えました。

NTTでの経験が活かせ、長くやれたのは  
先輩の紹介や人とのめぐり合わせに助けられ  
たことによると思います。

今思えば身体が丈夫であったことと持ち前の  
根気強さがあったからではと・・・。

これからは終活に専念し五つの達成目標があり、  
早く片付けられるよう取り組んでいきます。

## ◇ 公文 義政 (高知市 H12年退)

私の趣味の一端を恥ずかしながら綴ります。

中学時代は野球にのめり込み、後にプロで活躍した投手と対戦した思い出。高校では甲子園のアルプススタンドでの応援を夢見、単純な動機でブラバン(クラリネット)部活。

入社後は、野球や磯釣りを通じた趣味仲間との楽しい交流。忘れられないのが磯釣り初期の頃は鍋と野菜が必需品！渡った磯で釣果の旨い炊き込みご飯を食べるためだった。

そんなこんなで現在はビッグバンド・ゴルフや水泳に伸び代を信じ何とか趣味ついでいます。





《淡路島たまねぎウィッグ うずしお科学館》

◇ 栗田 栄子（松山市 H17年退）  
 自分の気持ち大切に、今日一日を機嫌よく過ごそうと心がけ生活しています。  
 去年は奥出雲足立美術館と島原半島、平戸世界遺産観光、今年は淡路島一周旅行をしました。秋の旅行を楽しみにしています。  
 傘寿の実感は湧かないですが、これからは家族に多少の迷惑を掛けても、あまり気にしないで「逆らわず従わず」マイペースで過ごしていこうと思います。



《高知市長杯に先輩と参加（左が私）R5.8.11》

◇ 河野 正代（高知市 H11年退）  
 傘寿の声に自身驚いています。先日は初ひ孫が誕生。傘寿とひ孫誕生に乾杯です！  
 退職後、健康のためにと始めた卓球も24年目を迎え現在も続けています。傘寿前後のOB達とチームを作り週2〜3日の練習と月1回程度の試合に参加、雨や風にもコロナにも負けず頑張っています。最近では気持ちばかりが先行し身体は悲鳴。ダウン寸前です。（笑）  
 平穩に暮らせる日々感謝し、短くなりつつあるこの先は一日一日をより大切に過ごさなければと感じているこの頃です。

◇ 小松 末幸（松山市 H17年退）  
 いつの間にか、傘寿を迎えました。お祝いありがとうございます。  
 健康維持に毎日ジムで汗を流しています。趣味のゴルフ、ボウリング等仲間と楽しく体力の続く限り、続けていきたいと思っています。「健康一番」です。

◇ 古味 秀毅（松山市 H12年退）  
 「朝起きて、今日も元気で良かった」と。  
 平成12年に退職してから月日が経つのはあっという間。9月に79才を迎えることができました。

昨夏に肺がんとの診断を受け大ショック！根治は難しいと告げられ、なんとも言いようのない気持ちで過ごした一年でした。  
 現在は家族や友人に支えられ、抗癌剤治療で病と共生しながら毎日の生活を送っています。  
 治療中ではありませんが、今年も恒例の故郷仁淀での茶摘みや野菜づくり、面河川・小田川で鮎の友釣りを楽しんでいきます。これも、元来の体の丈夫のおかげでしょうか。  
 今は、「ありがたいな、幸せだな」と思っています。朝起きて、美味しく食事をいただき、晩酌をして眠る。毎日が新しい日だよ。と感謝し過ごしております。



◇ **小谷野 巖**（東温市 H13年退）

元気です。週に3〜4日スポーツジム通いしています。健康体でいれるよう少しずつ体力の貯蓄に励んでいます。

ころ異変はありませんが、少し心配な日々を送っています。

◇ **三枝 武博**（高松市 H13年退）

私達の世代は平和な80年（傘寿）を生きた戦中派、さて平成13年高松病院を退職し早や23年かと思いつつも、今も現役で某薬局に週3日程のパート勤務をしています。

◆ **新藤 孝一**（阿波市 H12年退）  
平成12年に早期退職して早や23年が過ぎ、傘寿を迎える歳になりました。お陰様で軽い病氣と付き合いながら妻、息子夫婦と楽しく暮らしています。

ライフワークとしていた四国八十八力歩き遍路も昨年の12月に6回目を完歩したのですが、満願成就にはまだまだ、今も時々早朝ウォーキングでいつの日か7回目のスタートをと夢見ながらの日々です。

数年前の強烈な目まいを機に、各役職は辞退し家庭菜園や果樹（25品種）作りに励んでいます。最近増やした珍しい物は「ポポー（今年結果し試食）」と「アボカド」です。四季折々の果物を収穫し、知人に差し上げるのが楽しみです。

大病もせず日々の生活ができていることに感謝です。

趣味の釣りは吉野川で昨年たくさん釣

を、また、海釣りでは鳴門から室戸にかけて行し満足出来る年でしたが、今年は両方とも全くの不漁です。

◇ **島本 禮碩**（高知市 H17年退）

異常に暑かった今年の夏、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。この暑さにも何とか耐えて元気でいます。

毎日のバランスの良い食事と適度な負荷（実態は家庭菜園果樹手入れは大変な労力）をかけ、海や川の大自然を眺めながらの釣りをし、万物に感謝しながら健康寿命を一日でも長く保ちたいと願っています。

ただ一昨年と昨年の9月初旬二度にわたり、突発性難聴と診断され、注射と薬の服用による早期治療でほぼ回復しましたが、今年もその季節（？）がやってきました。今のと

◇ **関谷 護国**（新居浜市 H17年退）

いつもお世話になっています。体力維持のため「スポーツサロン」でマイルボウリング。

ボランティア活動として、カンガルークラブ「就園前の乳幼児・ママさん同士・交流の場」3世代交流わいわいクラブ（小学生居場所）活動」のお手伝いを楽しく、元気に頑張っています。

◇ **滝沢 世紀子**（いの町 H7年退）

夏祭り、花火も終わり、孫達はそれぞれの地へ喧騒とともに散って行き、やっと退屈なまでの静かな日常に戻り、この原稿を書いて

明日より、しばらく休んでいた筋トレにこうと思っています。飽きっぽい私ですが、もう10年以上続いています。ランチ友、雀（じゃん）友（？）もできて楽しんでいます。



## ◇ 竹内 順子 (阿波市 H8年退)

電友会の皆様こんにちは。この度「私は今」の原稿依頼を頂き、早や傘寿を迎える歳になったのかとつくづく考えさせられました。両足の人工股関節手術も順調で、趣味・プールに励んでおります。

8月には開放的になり、以前より孫と約束しておりましたデズニールランドへ行くことができました。久しぶりの旅行と暑さで疲れましたが、毎日40分余りのストレッチを続けていたので無事帰ることができました。

これからも気ままな生活を過ごすことができたいなと思っております。



《孫と一緒に東京ディズニーランドへ》

## ◇ 武智 浩 (松山市 H12年退)

平成12年に退職後、関連会社様にお世話になり、22年に完全退職。

その後、スポーツジムに10年間通い退会した後は、娘夫婦が3年前から「父の日」に送ってくれる鉢植えを、花見終えると大きめの鉢に植え替えし、その一鉢「アジサイ」が、今春から先頃まで大輪を咲かせてくれました。

ジム退会後に始めたウォーキングを続け、現在は、今年送ってくれた「向日葵」を植え替えし、引き続き黄色の美しい花を見せてくれるよう、世話に精を出している毎日です。

## ◇ 徳平 當子 (高知市 H13年退)

私、今年6月初めビワの木の枝を切っていて、右手首を骨折し、手術。それから大変。包丁は使えないし、夫は料理も買い物も一人ではしない人、それでは食べていけません。「シッタ ゲキレイ」して、老老介護のありがとこの毎日です。8月終わり、まだリハビリ中です。なんとか暑い夏を乗り切らなくては・・・。

## ◇ 富永 清光 (松山市 H12年退)

出身地(大洲)の世話役も今はほとんど交代してもらい、あと少し役が残っています。



《神社奉納神楽 愛媛県指定民俗無形文化財「鎮縄神楽」 大太鼓担当(私)》

今は愛媛県指定文化財の鎮縄神楽の手伝いをしていきます。担当は大太鼓です。コロナの関係で神社等での奉納、公演も少なくなっていますが元気で頑張っています。

80の歳だそうですが気分はまだまだ若いです。若い人材も育成中です。「もう年寄りは来なくて良いです」と言ってもらえるのはいいかな……。それまで頑張れるかな?いや

頑張らなくなっちゃ!

皆さんも元気で頑張りましょう。

◇ 中山 正統(松山市 H12年退)

最近大いに困ったことが起きてしまいました。生きていくための最も大切な食事が出来なくなりかけたのです。硬いものをつつかり強く噛んでしまい、大切な上の入れ歯が左右とも抜けて、うまく噛むことが出来なくなりました。

ほとんど毎日流動食や朝食のトーストでさえもまるでステーキを食べるがごとくナイフとフォークでサイコロ状に細かく切って、やっこのことで飲み込むのが精一杯でした。

噛むことが出来なくなると、当然飲み込む力も弱くなり、体重も急速に減少しました。さらには誤嚥性肺炎や認知症等のリスクが高くなるこのことなので、この先どうなるものかと、深刻に悩んでいた次第です。

さて今の私ですが、毎年やることは、あまり変わりばえないのですが、①健康のために5,000歩(日曜除く)、②趣味のテニス(週2~3回)、③知識吸収のための読書(月5~6冊・主に移動図書館を利用)そして最後は、実益とボケ防止のために主に平日の午前中パソコンと睨めっこしながら株価の動き

に一喜一憂している毎日です。

しかし今年はマンネリ打破のため、無理のない範囲で仕事が出来たと思って、町内の知人に話をしたところ願ってもない好条件で紹介があり、今は新鮮な気分です。2日/週(一日2時間程度)のアルバイトをやっています。身体にも良く、賃金も好条件なので、何かと物価高のおり、現役時代よりも多くの小遣いができて一石三鳥ほどの恩恵を受けています。



《自宅にて R5.8》

さて、もうすぐ、80才の壁にぶつかりますが、老いていくのは避けられないので、できる限り好奇心を持ち続けながら楽しんで生きたいと思っています。どうか宜しくお願いいたします。

◇ 西山 明 (松山市 H12年退)

大リーグ見る楽しみ

エンゼルスの大谷選手二刀流は見られず残念ですが、打率3割0分7厘、本塁打44本、打点95打点で本塁打ランク1位、3位打点は2点差である。(9月2日現在)

今、大谷選手の個人記録に応援中(残り試合27)朝の楽しみが続いています。

趣味のもう片方(ゴルフ)は、さっぱり。暑さもあり練習不足です。電友会コンペには参加しますが、最後までプレー出来るかどうか不安です。

傘寿は野球結果が楽しみにしている今日の頃です。

◇ 長谷川 幸子 (徳島市 H13年退)

モンゴルに行ってきました。パスポートは黒髪なのに、今はすっかり白髪頭です。入国をととても心配していましたが、無事通過、首都ウランバートルからカラコルムへの大移動

です。

チングス広場、ブルドのタヒ(モンゴルの固有馬)、星空、ゲル、大草原等を果てしなく見て、砂漠で馬に乗り、鞍の硬さに泣かされました。5日ほど、尾骶骨が痛くて痛くて。悲しいかな、多いに80才を感じた旅になりました。

◇ 原田 厚子 (吉野川市 H6年退)

退職から早や30年。退職と同時に始めた俳句も福岡に嫁いだ娘の怪我、義母の最期の世話やらで一年のブランクはあったものの約30年今はもう生活の一部となった。

俳句の道は単に俳句だけ学んだ訳ではないと私は思っている。人に対する優しさ思いやり、礼儀、仲間と悩みごとを共有したり、時にはリーダーシップを取る。本当に色々な事を学んで今の幸せな私がいる。

後5〜6年は頑張りたいたので、新車アクアに替えた。それも大好きな「真っ赤」。

この「赤」に元気を貰っている毎日である。

◇ 兵頭 壽 (八幡浜市 H6年退)

平成6年末50才で退職しました。あれからの長い28年、大変でした。

在職中は多くの良き友達に恵まれ九州へゴ

ルフ、別府八湯、秘湯を求めて幾度も通い楽しい思い出をたくさん作る事が出来ました。

47才の頃、北斗星・トワイライトエクスプレスで北海道へ三度フルムーンを利用して行き、今では懐かしい思い出です。

今は家の周りの畑で野菜・果物を作り旬を楽しみ、半自給自足の生活を続けています。囲碁の魔力のトリコになり60年。碁会所、友達、九州での碁会所巡りですと楽しむことが出来ました。

また、卓球クラブに入会し元気な仲間30人で走り、笑いタツプリの汗で元気を貰い、シニアの仕合わせを感じています。

結婚52年、今日まで元気で迎えられたことに感謝し、長年の苦学世話になり迷惑の掛けっぱなしの大切な嫁さんには、九州新幹線を利用した感謝の旅を続けて6年、いろいろと多忙な日々を送っています。

◇ 藤井 吉信 (吉野川市 H13年退)

傘寿を迎える年に「私は今」の原稿の依頼があり、改めて自分の生きてきた年月を思い返す機会を与えて頂き感謝しています。

3年前、体調に変化のない中、心臓のバイパス手術を受ける。その後、体力は落ちたが

元氣。「寄る歳には勝てず」という言葉の意味がよく分かる年になりました。

「二病息災」。これからは、自分の体調と相談しながら日々、感謝の心を持って暮らして行こうと思っています。

◇ 藤田 征大（松山市 H11年退）

何時の間にやら80才。加速する老化に打つ手なし。

昨今の情報通信はスマホの普及で便利になり、おかげで漢字が書けない等、考える力が低下している。写真、動画なんでもOK。

今後どんな時代になるのか恐怖を感じる。しかし、デジタル化が遅れているのは役所の仕事で、マイナカードが証明している処。

地域のボランティアも高齢になっても就労して後継者不足に困っている。認知症予防と考えて頑張っています。

皆様のご健勝をお祈りいたします。頓首

◇ 増吉 紀久枝（高知市 H15年退）

アラ、傘寿、いつの間に、という感じで元氣に傘寿を迎えられたことに感謝です。

これからも「元氣でいたい」と願い、数ヶ所の運動教室で体を動かし、お口も動かし、また、ボケ防止にと（まだ間に合つかしら？）

脳トレパズルや漢字道で辞書を片手に頭を悩ませたり、パソコンでゲームを楽しんだりしている今日この頃です。

秋には家族旅行の計画もしています。

「めさせ孕寿」

◇ 松家 忠秀（吉野川市 H17年退）

「光陰矢の如し」早いもので退職してから18年が過ぎました。その間美馬市の監査委員長を3期12年奉職、地方行政の勉強をさせていただいた。

その後は、月に一度のカラオケ、高校の同級生のゴルフコンペ等月に2回程度健康ゴルフ、「80才頃まで出来ればいいなあ」と思っています。

サークルでは健歩会に参加、月1回楽しみにしています。

今後は、健康を第一にして、感謝の気持ちを忘れず日々過ごしていきたいと念じています。

◇ 宮崎 祥次郎（高知市 H17年退）

脑梗塞歴10年目になります。お酒は嗜む程度、散歩は割りと真面目に行っています。

電友会の囲碁クラブで、月1回の対局を楽しんでいます。また、高知市の高齢者囲碁ク

ラブでも楽しんでいます。

体力維持、ボケ防止のため、週1回テイトしに通っています。

◇ 森本 茂紀（小松島市 H17年退）

元氣にしています。

コロナ禍により、この3年ほどは好きな旅行や山城めぐり等は自粛していますが、そろそろ再開しようと思っています。ただ、毎週土曜日のソフトテニスはずっと楽しんでます。

今後とも身体の動く限り、生きがいを持って楽しく過ごしていきたいと思っています。

◇ 森本 保（松山市 H12年退）

月日の経つのは早いもので妻が旅立ってから5月で丸五年が過ぎた。不慣れだった家事も今は手際よくこなせるようになった。

幸い身体は丈夫な方で、3カ月に一回、降圧剤をもらうための通院のみ。足腰、筋肉の衰えを防ぐため、ここ3年間、ラジオ体操第一と3kgのダンベルによる両手両足それぞれ二十数回の筋トレは一日も欠かしたことがない。

また、パソコンは生き甲斐でネットバンキング、家計簿、日記、各文書管理等々、必要

と思うものはデータベース化している。今後  
もボケ防止と健康寿命を延ばすため、パソコ  
ン活用、ラジオ体操・筋トレを励行して行く  
所存です。

◇ 山崎 富士子 (高知市 H13年退)

傘寿?もうそんな!日々の健康に感謝で  
す。

早朝のウォーキング、仲間との週5の水泳、  
すごく楽しく気分爽快です。また、月2の子  
供達との外食も待ち遠しく嬉しいです。

海外出張の留守中、家事手伝いが出来れば  
と東京で3週間、孫達に電化系統を習いなが  
らも、一緒に整理整頓、いっぱい遊んで皆で  
爆笑!楽しく可愛いものでした。私のよく食  
べ、よく動くは仲間内でもよく話題に...  
体重は退職時と同じですが、この現況が少し  
でも長く続くようにと願っています。

皆様もどうぞお元気で。

◇ 山本 和弘 (小松島市 H12年退)

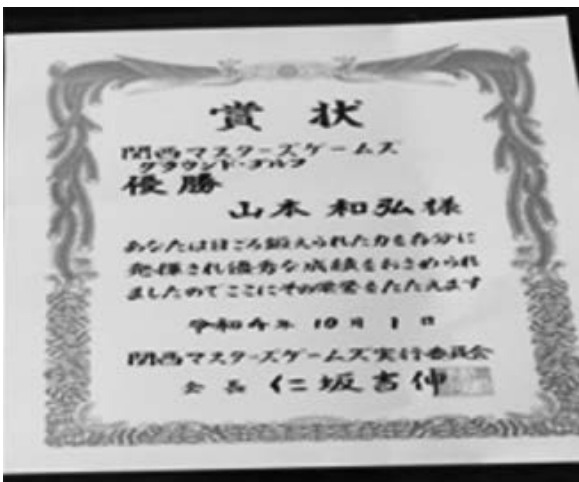
傘寿の便りに正直不思議な気持ちでありま  
す。

70才で心筋梗塞を発症しアブレーション手  
術を受けました。術後に狭心症が発生し、再々  
救急車・入院の生活で、再手術を検討してい

ましたが、5年前にセカンドオペニオンで治  
療方針を変更し、徐々に発作・容体が落ち着  
いて来ました。(術後5年間は不整脈・強い  
頭痛・上胸部痛に心療内科と辛い苦しい時期  
でした。家内に心配を掛けました。)

ここ2~3年前から体調・気力もUPして  
います。この頃に知人からグラウンドゴルフ  
(GG)を勧められ、最初は年寄り臭いナア(自  
分も年寄りなのに)と思いましたが、今は生  
活リズムの一環となり、週5回の練習と大会  
に参加しています。

昨年は78才で「栃木国体」出場と「関西マ  
スターズGG大会」優勝と素晴らしい体験を  
させて頂きました。



《関西マスターズ》



《徳島県ユニホーム》



《国体会場》

今後の目標はハードルは高いが年間1回の  
全国大会出場です。

また今年4月から「徳島電友会」のカラオ  
ケサークルに入れて頂き、好きな裕次郎を  
歌っています。

今は月1回の診察と5種類の服薬治療  
(Dr.日く薬stop不可) + ニート口常時携  
帯に腰痛付き合いと、好きな水クスリ(日本  
酒・ウイスキー・焼酎)を家内夕食献立にチヨ  
イスして、少量?楽しんでいきます。

◇ 山本 慧子(大洲市 H13年退)

退職して22年経過。主人は亡くなり7年。  
娘3人は結婚して一人暮らしです。

視覚障がい者の音声訳、長浜の観光ボラン  
ティアをしたり、趣味は週1回の卓球、絵手  
紙教室で、絵手紙・色紙絵等を楽しんでおり  
ます。

週に2〜3回カーブスに行き、30分ほど運  
動をして健康に気を付けております。つまら  
ない事は考えないようにとは思いますが、老  
いていく事の不安もあります。

NTT時代の友人も良いおつき合いが続い  
ており、残りの人生楽しく生きていきたいと  
思っております。

◇ 吉田 末彦(松山市 H11年退)

3年前に脳梗塞手術、後遺症が少し残り家  
族から車の運転を禁止され廃車。もっぱら電  
動アシスト自転車で活動していましたが、  
やっぱり不便。活動範囲も狭くなり憂鬱な  
日々が続きます・・・。

そこで運転再開を目指して、運転免許セン  
ターで、運転技能検査、反応検査等を受けた  
結果「すべて良好」。早速軽自動車を購入し、  
ほぼ毎日スポーツジム通いで楽しみ、暇を持  
て余すこともなく元気。

ただ下手なりに週1回程行っていたゴルフ  
を再開しようとは思っているのですが、ナカ  
ナカ意欲がわかず休会状態です。

10余年前から俳句結社に入り、始めた俳句  
は、今も月2回の句会にはほぼ皆勤。最近は  
主宰に褒められることもあり、苦戦しながら  
も楽しんでいきます。



《愛犬と》

傘寿を迎えましたが、今後も出来るだけ家  
族を頼らず「自分のことは自分でする」を目  
指していることと思います。

立ちシヨンの放物線や雲の峰 末彦

◇ 吉田 勉(三豊市 H17年退)



「元気でゴルフを楽しみたい」

退職以来、民生委員や、自治会、老人会な  
どの地域のお世話をさせていただいていま  
す。

少し筋力の衰えは感じますが、地域の草刈等も今のところ支障なくできており健康に感謝しています。

退職後始めた卓球も週2回の教室で汗をかいています。継続して続けていることが今の体調の良さにつながっているようです。また、ゴルフも月2、3回のペースで続けており、今一番の楽しみです。

平成28年に、ゴルフコンペを立ち上げ、NTOBの中・西讃の方に呼びかけて毎月実施しています。名前も結成年の28年にちなみ「二八会」とつけ7月には80回（7周年記念）大会を実施しました。準備から当日の運営まで、お世話は大変ですが、一年でも長く続けられるように、健康な体力を維持したいと思います。



お詫びと訂正

会報7月号(第203号)の「私は今」のコーナーにおいて記述誤りがありましたのでお詫びし訂正させて頂きます。大変申し訳ありませんでした。

30 P 水崎吉彦様からのお便り

【誤】 必要のないもの



【正】 必要なもの

30 P 森山舜陽様からのお便り

【誤】 中部経産局館内



【正】 中部経産局管内

32 P 矢野良子様からのお便り

【誤】 三木町



【正】 琴平町

俳句

徳島支部(眉秋俳句会)

うつうつと 寝返り幾度 原爆忌 大住 清美

後継ぎの 若くして逝き 白蓮 加治 道子

四年ぶり 笑顔はじける 盆踊り 加茂 陽子

台風禍に 寝袋配り 国際線 四宮 恭治

課題図書 枕にしたる 昼寝の子 高木 閑人

正夢か 夏の終りに 恋をする 平井 孝子

散歩道 風のほのかに 早稲実る 堀江 邦子

合歓として 漁火沖に 動きだす 山田まさよ

腕白も 泣虫も来て 地藏盆 吉岡 由子



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。



河野 泰樹 様	中塚 正昭 様	安倍 日昭 様	(香川県)			片桐 チツ 様	小原 順一 様	杉田 恵 様	永野 栄二 様	菊池佳喜美 様	竹内 正 様	神谷日出夫 様	瀬川 信次 様	西嶋 敏雄 様	香河 喜雄 様	渋川 誠郎 様	大野 典昭 様	藤井 正通 様	(愛媛県)			(故人のお名前) (逝去年月日) (享年) (生前居住地)
R 5・7・25	R 5・6・29	R 5・5・7	~~~~~			R 5・8・23	R 5・8・16	R 5・8・6	R 5・8・5	R 5・8・2	R 5・7・30	R 5・7・23	R 5・7・22	R 5・7・6	R 5・6・14	R 5・5・16	R 5・2・24	R 5・1・4	~~~~~			
高松市	高松市	高松市				松山市	松山市	松山市	松山市	宇和島市	松山市	伊予郡砥部町	松山市	松山市	松山市	伊予郡松前町	今治市	松山市				

和納 恭三 様	木村 義典 様	井上 政子 様	(徳島県)			三宅 康之 様	津村 博 様	大杉 幸治 様	(高知県)			岡林 宣子 様	中内 富三 様	田岡 博子 様	和納 恭三 様	木村 義典 様	井上 政子 様
R 5・8・4	R 5・8・14	R 5・8・21	~~~~~			R 5・6・23	R 5・7・21	R 5・8・26	~~~~~			R 5・7・20	R 5・8・12	R 5・8・19	R 5・8・4	R 5・8・14	R 5・8・21
善通寺市	高松市	綾歌郡綾川町				美馬市	阿南市	徳島市				埴原川口市	高知市	高知市	善通寺市	高松市	綾歌郡綾川町

表紙の言葉

今年NHK朝ドラ「らんまん」人気で当地佐川町は観光客が押し寄せて居ります。牧野公園入口にある「清源寺」の紅葉は京都に行かなくても十分楽しめます。ドラマでは幼少期の万太郎が通った名教館として松阪慶子おばあちゃん達と口ケされた石段がこの場所です。秋には是非皆様聖地にお越しください。(田中 一郎)

編集後記

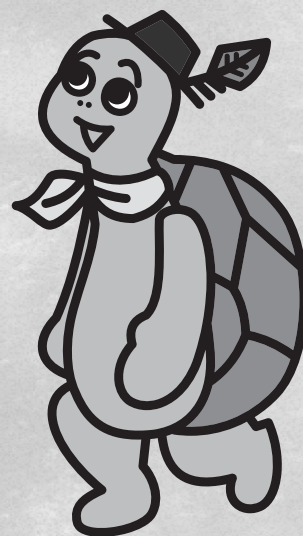
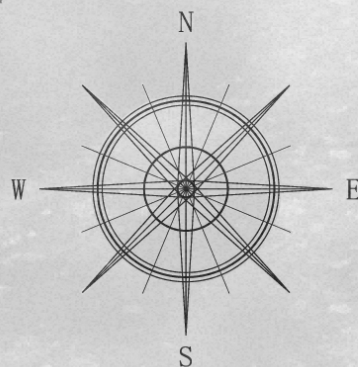
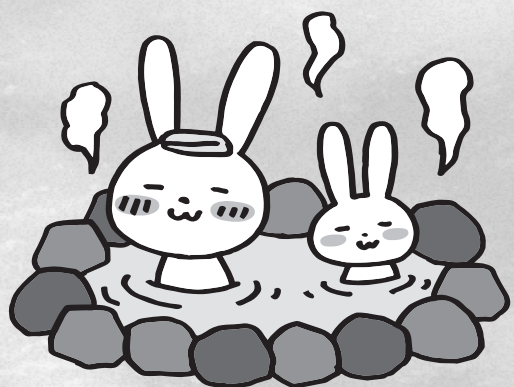
今年高知よさこい祭り、松山野球拳踊り、阿波おどり、さぬき高松まつりもコロナ禍以前の規模で開催され、四国4県とも本来の夏が戻りました。  
「喉元過ぎれば熱さを忘れる」ではないですが、猛暑を忘れるくらいに秋の深まりを感じている今日この頃です。  
猛暑の年は厳冬になる傾向があるとも言われています。長期予報に注意しながら冬への備えを始めましょう。

お知らせにも掲載しましたが、今年4年ぶりにNTT西日本主催の退職者交流会が開催されます。コロナ禍で会えなかった先輩・同僚・後輩、そして現役の方々と久しぶりに話せる機会ですのでぜひ参加してみたいかがでしょうか？

また、5類に移行しニュースで取り上げられる機会も少なくなりましたが、新型コロナウイルスも緩やかな増加傾向に転じているようです。  
インフルエンザも流行期に入ってきますので感染予防対策をしっかりと行ってお身体ご自愛ください。

四国電友会会報 第二〇四号

発行 令和五年十月  
編集責任者 電友会四国地方本部  
事務局長 川岸 広明  
NTT西日本四国支店内  
電話 (〇八九) 九三六・二〇三三  
印刷 南海プリント株式会社



ゆっくり～ のんびり～

株式会社 み・の・り

**亀さん旅行社**

☎ (089) 909-3939

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

<http://www.minori-turtle.co.jp/>



お問い合わせは **株式会社 み・の・り 亀さん旅行社**  
☎ (089)909-3939    ✉ [minori@minori-turtle.co.jp](mailto:minori@minori-turtle.co.jp)    <http://www.minori-turtle.co.jp/>

# がん保険にできることを、もっと。

「生きる」を創る  
がん保険

WINGS

**No.1** アフラック  
がん保険・医療保険  
保有契約件数  
令和4年版 インシュアランス生命保険統計号



## 幅広い保障による経済的な安心に加え、さまざまながんの悩みの解決をサポートするがん保険

ポイント

1

**幅広い保障**で**経済的負担**をサポートします。

治療前の検査から治療後の外見ケアまで幅広い保障でしっかり備えることができます。また、公的医療保険制度の対象とならない新しい治療なども保障し、がん治療の選択肢が広がるようサポートします。

ポイント

2

付帯サービス<アフラックのよりそうがん相談サポート(\*)>

**アフラックのよりそうがん相談サポーター**が

さまざまな**がんの悩みの解決**をサポートします。

よりそうがん相談サポーターは、**がん患者様のご相談サポートの経験がある看護師・社会福祉士等のメンバーで構成された専任のサポートチーム**です。お一人おひとりに合わせて信頼できる情報や安心して利用いただけるサービスをご案内し、**お困りごとや疑問の緩和・解消をサポート**します。

(\*)アフラックのよりそうがん相談サポートはHatch Healthcare株式会社が提供するサービスであり、アフラックの保険契約による保障内容ではありません。サービスの詳細は、アフラックオフィシャルホームページ <https://www.aflac.co.jp/keiyaku/gansoudansupport.html>をご確認ください。

◎商品およびサービスの詳細は「パンフレット」「契約概要」などをご確認ください。

<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**  
〒105-6791 東京都港区芝浦1丁目2番1号 シーバンスN館

お客様コンタクトセンター

**0120-590-251**

【受付時間】平日 午前9:00～午後4:00  
(土・日・祝日はお休みさせていただきます)

<引受保険会社>

**Aflac**

**アフラック** 広域法人営業部

〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-6-1 丸の内センタービル19階  
Tel.03-6374-1425 URL:<https://www.aflac.co.jp/>

AF277-2023-0124 5月22日(240522) 2023-043