

四国電友会会報



第212号



10 令和7年
月号

《奥津溪（岡山県）の紅葉》
（撮影）小西 輝光さん（松山市）

主 な 内 容

● NTT グループの動き

- NTT ドコモ四国支社長あいさつ … 2
- NTT 西日本香川支店長あいさつ … 3
- NTT 西日本徳島支店長あいさつ … 4
- NTT 西日本高知支店長あいさつ … 5

● お知らせ

- 退職者交流会の開催について …… 6
- 年金セミナーを開催しました …… 6
- 第1回四国電友会親睦ゴルフ大会を開催しました …………… 7
- 「油断は禁物。悪質商法、見抜く力を」 … 8

● 支部だより

- 敬老の日施策（愛媛） …………… 11

● イベント情報 …………… 12

● 健康のページ

- 私の健康法（香川） …………… 14

● ドキュメント

- スポーツと私（徳島） …………… 16

● ボランティア紹介

- 心のバリアフリー社会実現にむけて（愛媛） 16

● 私は今

- 古希の皆さんからの近況 …………… 18

● 短歌（高知） …………… 27

● 物故者叙位叙勲・敬弔 …………… 28

● 表紙の言葉・編集後記 …………… 28

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 蓑手 康史



この度、6月16日付でNTTドコモ四国支社長に就任しました蓑手康史と申します。

皆様には、平素よりNTTグループの事業活動に関して格別のご理解とご支援を賜り、心より感謝申し上げます。

私は平成10年にNTTドコモに入社し、コーポレート系業務、新規事業、ベンチャーキャピタルの経営管理、営業企画など幅広い経験を積んできました。約20年ぶりの地方勤務となる四国支社に着任し、緊張感と責任感を持つて職務にあたっています。四国は四県

それぞれ食文化や県民性など独自の魅力を持つ地域であり、私生活も含め充実した日々を過ごしております。本年は瀬戸内国際芸術祭の開催年にあたり、国内外の観光客による街全体のエネルギーを強く感じます。また、大阪・関西万博の盛り上がりも経済活動の活性化にポジティブな効果があると期待しています。趣味は弓道（現在四段）で、勤務地の高松で稽古を続けながら、毎年開催されるNTTグループ全国弓道大会に出場することが今の目標です。

ここからは、ドコモグループにおける直近の取り組みをご紹介します。

まず、法人事業・システム開発を担うNTTコミュニケーションズ、NTTコムウェアが、本年7月にそれぞれ「NTTドコモビジネス」「NTTドコモソリューションズ」に社名を変更しました。引き続きグループ一体となった事業展開にまい進します。

また、2000年に開始した3Gサービス「FOMA」が来年3月末に終了します。「iモード」とともにドコモの爆発的な成長を支えたサービスの円滑な終了に向けて、現在ご利用いただいているお客さまへ取替のお願いをしています。

新たな挑戦は、ファンダムマーケティング領域です。Jリーグと提携し、「チームになろう」をテーマに各地域クラブの支援を通じてファン層の拡大とロイヤリティ強化をめざしています。クラブに伴走することでドコモブランドの強化につなげる中長期的なプロジェクトです。また、国立競技場（東京都）

やーGアリーナ（愛知県）の運営権取得を機にベニユービジネスへも本格参入し、エンタメ分野における最高のお客さま体験を提供する取り組みも前進しています。

地域密着型経営も重要な柱です。四国各県の自治体や団体と連携し、医療、教育、サステナビリティといった多様な分野で事例創出に取り組んでいます。生成AIを代表としたコンピューティング技術の進化は、個人・企業問わずDXを飛躍的に加速させる可能性を秘めています。特に少子高齢化が喫緊の重要課題となっている四国から先進的なイノベーションを生み出し、他地域にも適用できるモデルケースになるべく、NTTグループ全体でICTを軸とした価値提供に注力していきます。もちろん、災害対策においても、南海トラフ地震を想定した復旧訓練や支援をはじめ、近年頻発する豪雨や山林火災など新たな大規模災害への対策も準備してまいります。

最後になりますが、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。

就任のご挨拶

NTT西日本 香川支店
支店長 **木田 愛希子**



皆さまこんにちは。7月1日付で香川支店長に着任しました、木田愛希子（きだあきこ）です。よろしく願いいたします。

前職の四国支店 事業推進室長時代より、四国電友会の皆さまには地域貢献活動をはじめとして、様々な場面で大変お世話になっております。この場を借りて改めて御礼申し上げます。

私は愛媛県松山市の出身で高校卒業後に四国外に出ましたが、小学校2～4年は今治市、中学校2～3年は徳島、また高知には住んだことはないものの、小学校6年から中学3年の4年間、月2回ピアノのレッスンに通っておりました。そして新入社員時代の3年間は香川でお世話になりましたので、四国4県それぞれに浅からぬ縁とたくさんの想い出があります。そして社会人として1歩目を踏み出

したこの香川の地に四半世紀ぶりに戻ってきて、当時温かくご指導・ご支援くださった先輩方に再びお会いできることをとても嬉しく思っています。

私の人生のモットーは私の名前である「愛と希望」です。人を愛し、人に愛され、いつも希望を持って生きていく「愛と希望の子」として名付けられ、人生の転機や山谷の中で自身の心の拠り所となってきました。仕事においても、お互いを尊重して思いやり、困難な状況でも前向きな面に目を向け、笑顔になれる瞬間を見つけ、時にはしんどいことを笑いに変えながら、明るく楽しく、香川と四国の皆さんとともに「愛と希望」を持ち続けられるような会社、地域にしていきたいと思っています。

香川では、3年に1度の瀬戸内国際芸術祭2025が春・夏・秋会期と開催され、NTT西日本が大ビジョンやサイネージ等を提供して今年2月に開館したあなぶきアリーナ香川では毎月ビックイイベントが行われ、来年3月にはそのアリーナを発着地とする「かがわマラソン」が初開催される等、海外も含めた県外から多くの方々にお越しいただく機会が増え、非常に盛り上がっています。また、三

豊市では、今年1月に市との協定のもと、自動運転バスの実証実験を実施し、将来の自動運転サービス（レベル4）の社会実装実現に向けて、三豊市のまちづくりと連携した課題解決に取り組んでいます。

香川支店の事業運営の3本柱は（1）あらゆる顧客接点における全社員でのCX（Customer Experience：顧客体験）向上（2）安心して暮らせる魅力的なまちづくり（3）仲間とともに成長し、共感するチームづくりです。チーム香川として全員でしっかりと取り組み、香川と四国を盛り上げてまいりますので、是非私たちのチャレンジを応援いただき、NTTグループのファンづくりにご協力頂くとともに、引き続き、ご指導ご鞭撻を賜りますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。

就任のご挨拶

NTT西日本 徳島支店

支店長 小倉 博明



皆さん、こんにちは。

7月1日付けでNTT西日本徳島支店長に着任いたしました、小倉 博明（おぐら ひろあき）です。どうぞ、よろしく願います。

大阪府出身で、これまで四国での勤務・生活の経験はなく、今回、はじめて徳島で勤務・生活させていただくこととなりました。7月の着任以降、徳島各地を視察させていただき、また、8月には阿波おどりにも参加させていただき、徳島の文化や伝統、自然に触れ合うことで、その魅力に魅了されています。

前職はNTT西日本経営企画部に所属し、主に総務省対応や他事業者対応といった、いわゆる渉外担当業務に従事していました。直近では、昨年から国会審議を経て、本年5月に公布された改正NTT法・改正電気通信事業法について、持株会社をはじめとしたグループ各社と連携し、総務省対応や有識者対

応等を行ってまいりました。

メディアでも報道されておりますが、今回の改正法により、NTT西日本の事業運営に大きな影響を与える点としては、①ユニバーサルサービス制度の見直し（規制緩和）、②業務範囲規制の緩和、③会社名（商号）の変更自由化などが挙げられます。これらはいずれも、従来と比べてNTT西日本がより柔軟な事業運営を行えるようになる内容となります。本改正法も踏まえ、先輩方から受け継いだ「つなぐ」使命をしっかりと守りつつ、持続可能な事業運営をめざし、柔軟かつ効率的に今後も対応してまいりたいと考えています。

徳島県は四国4県の中でも最も高い人口減少率を示しており、全国的に見ても人口減少が著しい県の一つです。主な要因として、少子化、未婚化・晩婚化などが挙げられますが、背景の一つには、若年層の就学・就職に伴う県外流出があると考えています。そのため、教育分野や産業分野において、情報通信・ICTを活用し、若年層が学びやすく、働きやすい環境を整えることで、徳島県の活性化と社会課題の解決に貢献できればと考えています。

その実現に向けた取組みの一つとして、NTT西日本の主力サービスであるFTTH・アクセスサービスにおいては、より快適にご利用いただける最大概ね10ギガの光回線のエリア拡大（既提供…徳島市、7月提供開始…藍住町、10月提供開始…小松島市、北島町）やマンション向けの全戸一括プランの拡大にも取り組んでいますので、電友会の皆さまにおかれても、是非、ご利用いただけると幸いです。

また、徳島県は「四国三郎」の異名を持つ暴れ川・吉野川の流域と、南海トラフ巨大地震が発生した際には大きな被害が想定される沿岸部に都市が集積しており、引き続き、防災意識の向上と災害への備えを怠らないよう、地域の安全確保にも努めてまいりたいと考えています。

最後になりますが、今後とも電友会の皆さまと連携させていただきつつ、事業や地域活動を通じて、精一杯、徳島を盛り上げていきたいと思しますので、どうぞよろしくお願いいたします。

就任のご挨拶

NTT西日本 高知支店

支店長 青木 俊介



このたび、2025年7月付でNTT西日本高知支店長に着任いたしました、青木俊介と申します。まずは、電友会会員の皆様におかれましては、日頃よりNTT西日本の事業運営にご理解とご支援を賜っておりますこと、心より御礼申し上げます。

自己紹介をさせていただきますと、私は徳島県鳴門市で生まれ、会社に入るまでは関西で育ちました。入社後は福岡、広島、関西、東京と各地で勤務し、営業現場ではお客様の声に直接触れ、サービス開発ではその声を形にし、コーポレート部門では人事や育成を通じて組織の基盤づくりに携わってまいりました。四国での勤務は今回が初めてとなりますが、生まれ故郷に近い高知の地で、地域の皆様とともに歩めることを大変嬉しく感じております。

NTT西日本では、2025年7月より企

業ブランドの刷新を行い、名称およびロゴを新たにいたしました。新たなC（コーポレート・アイデンティティ）のもと、「安心・安全・信頼」と「最先端の技術」で豊かな未来社会を共創する『バリュークリエーションパートナー』として、新たな価値創造に挑戦してまいります。この思いは、私たちの使命である地域密着型の価値創造を、より鮮明に表現するものとなっております。

高知県をはじめとする四国地域は、少子高齢化や人口減少、地域産業の担い手不足、災害対応力の強化など、さまざまな課題に直面しています。こうした課題に対し、NTT西日本では、光ネットワークの高度化、地域DXの推進、AI・IoTを活用したスマートソリューションの提供など、先進的な取り組みを通じて、地域の持続可能な発展に貢献しています。特に、最大10Gbpsの通信速度を誇る「フレッツ光クロス」の提供をはじめ、情報通信インフラの高度化により、地域の暮らしや産業の可能性を広げる支援を進めてまいります。

最近の出来事として、先日「よさこい祭り」に参加させていただき、2日間踊らせていただきました。人前で踊るのは人生初の経験で、

当初は不安もありましたが、当日はお祭りが持つ圧倒的なエネルギーと、地域の皆様の熱意に触れ、大きな感動を覚えました。このような地域の力を、通信の力でさらに支えていけるよう、今後も尽力してまいります。

最後になりますが、長きにわたり地域とNTTをつなぎ続けてこられた四国電友会の歴史と活動に、改めて深い敬意と感謝を申し上げます。先輩方が築いてこられた信頼と絆を大切にし、これからの時代にふさわしい新たな価値とともに創出してまいりたいと考えております。

今後とも、NTT西日本高知支店をどうぞよろしくお願い申し上げます。

昨年に引き続き、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』）が開催されます。会費は無料ですので、皆様のご自宅に送られた案内ハガキに返信のうえ、ぜひご参加ください。

また、今回もQRコードでの参加申し込みができます。参加される方は次のQRコードから登録できますのでご利用ください。QRコードから登録しますと、返信ハガキは不要です。



QRコード

お知らせ

☆NTT西日本主催

退職者交流会の開催について

地域	日 時	場 所
愛 媛	2025年11月7日(金) 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	2025年12月12日(金) 12:00～14:00	JRホテルクレメント高松 3 F 玉藻
徳 島	2025年12月3日(水) 12:00～14:00	JRホテルクレメント徳島 4 F クレメントホール
高 知	2025年11月5日(水) 11:00～13:00	三翠園 富士の間

年金・保険等セミナー

令和7年6月
電友会四国地方本部

☆四国電友会主催の年金・保険等
セミナーを開催しました

昨年度に引き続き本年6月にNTT
西日本各支店のご協力をいただき四国
電友会主催の年金・保険等セミナーを
開催しました。

今回はNTT西日本香川支店、徳島
支店、高知支店で退職を予定されてい
る社員を対象に3回、合計10名の方が
参加しました。

今回も現役時代に長年ライフプラン

1-1. 私たちが受け取る年金について（年金の種類）

3階	私的年金	個人年金	財形年金、ひろがり、生保・銀行等の個人年金保険等 相互扶助部年金（NTTグループ個人年金）
		企業年金	確定拠出年金（平成26年から開始） 規約型企業年金（平成4年の特別適格年金として始まり平成16年から平成26年度） NTT企業年金基金（基金年金）（平成9年4月の厚生年金への統合により発足）
2階	公的年金		老齢厚生年金（報酬比例部分）
1階			老齢基礎年金（国民年金）

(2)

10. 退職後の所得推移（生活資金）イメージ

	60歳	65歳	75歳
給与所得	再就職先給与・継続勤務時給与（¥5300～100万円/年）		
雇用保険関係	再就職先給与・継続勤務時給与（¥5300～100万円/年）		
公的年金	再就職先給与・継続勤務時給与（¥5300～100万円/年）	老齢基礎年金（国民年金）（¥63万円/年） 老齢厚生年金（¥113万円/年） 加給年金（¥40万円/年） NTT企業年金基金（第一積立年金）（¥102万円/年）	老齢基礎年金（国民年金）（¥63万円/年） 老齢厚生年金（¥113万円/年） 加給年金（¥40万円/年） NTT企業年金基金（第一積立年金）（¥102万円/年）
企業年金	NTT企業年金基金（第二積立年金）（¥15～30万円/年） 規約型企業年金（60歳15年参加設定時）（¥48万円/年） 確定拠出年金（¥42万円/年）	NTT企業年金基金（第二積立年金）（¥15～30万円/年） 規約型企業年金（60歳15年参加設定時）（¥48万円/年） 確定拠出年金（¥42万円/年）	NTT企業年金基金（第二積立年金）（¥15～30万円/年） 規約型企業年金（60歳15年参加設定時）（¥48万円/年） 確定拠出年金（¥42万円/年）
個人年金	NTTグループ個人年金（相互扶助部年金）（60歳15年参加設定時）（¥40万円/年） ひろがり、生保・銀行等の個人年金保険等（α万円/年）	NTTグループ個人年金（相互扶助部年金）（60歳15年参加設定時）（¥40万円/年） ひろがり、生保・銀行等の個人年金保険等（α万円/年）	NTTグループ個人年金（相互扶助部年金）（60歳15年参加設定時）（¥40万円/年） ひろがり、生保・銀行等の個人年金保険等（α万円/年）
所得合計	（目安：430万円＋α/年）	（目安：400万円＋α/年）	（目安：400万円＋α/年）

※世帯所得としては、上記に配偶者の年金等（老齢基礎年金、厚生年金等）が加算されます。
年金定期便等で加入状況を確認し、ご自身の金額を計算してください。

(17)

相談員として活躍された愛媛電友会の柳原寛
信副会長を講師に迎え、年金の仕組み、種類、
支給開始時期、失業給付金、健康保険に加え、
退職後の日常生活のポイント等を分かりやす
く説明しました。

昨年度から実施している本セミナーも徐々
に現役社員の皆さんに浸透してきており、わ
かりにくかった年金について理解できると好
評をいただいています。

なお、このセミナーは12月にも各支店で開
催する予定です。

☆第1回 四国電友会親睦ゴルフ大会を 開催しました

7月3日(木)、新居浜カントリー倶楽部において第1回 四国電友会親睦ゴルフ大会を開催しました。

各県電友会ではサークル等を中心にゴルフコンペが行われていますが、四国全体としての大会は初めての開催で、四国4県から44名の方が参加しました。

ゴルフ大会を企画した時点では梅雨末期の雨天を心配していましたが、今年は梅雨明けが早く、猛暑の中での開催となりました。

今回の大会は、会報7月号の細田隆さんからの投稿でゴルフファーにとって最大の目標とされるエージシュートを2名の方が達成されるなど、レベルの高い大会となりました。

県別対抗戦では徳島電友会が団体賞1位を獲得、2位は高知電友会、3位は愛媛電友会、4位は香川電友会でした。

個人戦では優勝が前原良行さん(徳島)、準優勝は吉田正治さん(徳島)、3位は横井英隆さん(香川)でした。

参加された皆さま、暑い中本当にお疲れさまでした。また、本大会の運営にご尽力いただきました広告通信社四国支店長武田茂人様に心より感謝いたします。



《優勝の前原良行さん》

《団体賞1位 徳島電友会》

順位	氏名	県	アウト	イン	計	HD	Net	記事
優勝	前原 良行	徳島	44	43	87	16.8	70.2	
準優勝	吉田 正治	徳島	44	37	81	10.8	70.2	
3 位	横井 英隆	香川	42	37	79	8.4	70.6	
4 位	芳田 雄二	徳島	46	38	84	13.2	70.8	
5 位	中平 公二	愛媛	44	40	84	13.2	70.8	
バスグロ賞	原 貞雄	徳島	39	32	71	0	71.0	エージシュート (72歳)
12 位	平井 善起	愛媛	45	39	84	10.8	73.2	エージシュート (85歳)
ドラコン賞	植田忠生(徳島)、平井善起(愛媛)、松浦省己(香川)、西川八郎(香川)							
ニアピン賞	前原良行(徳島)、吉岡広志(愛媛)、川上次男(高知)、清水毅志(愛媛) 浜田成明(高知)、太田原祥二(香川)、元木利之(徳島)、吉田正治(徳島)							

☆「油断は禁物。悪質商法、見抜く力を」

NＴＴ西日本四国支店 事業推進室

相談役 河野 数豊

近年、高齢者を狙った悪質商法の被害が後を絶たず、巧妙な手口で大切な財産や安心を脅かす事例が増えています。また、台風や地震等による災害発生時には、それに便乗した悪質商法も多数発生しています。こうした被害を未然に防ぐためには、正しい知識と冷静な対応が何よりも大切です。

今回は、確認されている悪質商法の手口や、被害に遭わないためのポイントをまとめましたので、皆さまご自身はもちろん、ご家族やご近所の方々とも情報共有し、地域全体で安心・安全な暮らしを守っていきましょう。

悪質商法とは？

かたり 点検 会員権 霊感 内職
催眠 キッチンセールス 無料 霊視 工事
アポイント サイドビジネス
送りつけ 同僚 マルチ 資格 危険
恋愛 だど

1 悪質商法とは

悪質商法は、言葉巧みに勧誘し、不当な契約を結ばせたり、金銭をだまし取ったりする

行為です。

2 悪質商法の種類と手口

主な手口としては、点検商法、訪問販売、電話勧誘販売、霊感商法、催眠（SF）商法、マルチ商法などがあります。これらの商法は、高齢者の不安や孤独につけこみ、巧みな話術で契約を迫るため、被害に遭いやすいのが特徴です。

(1) 点検商法

「無料点検をします」と訪問し、実際には必要のない修理を勧めて高額な費用を請求する手口です。



「シロアリ点検」「雨漏り点検」など、高齢者が不安に感じる箇所を狙うことが多いです。

「キャンペーン中だから特別価格」などと、即決を迫るケースもあります。

(2) 訪問販売

突然自宅に訪問し、強引に商品やサービスを契約させる手口です。

「今だけ」「特別に」などと、お得感を演出して契約を迫ります。



高齢者向けの健康食品や布団、リフォームなど、高額な商品が狙われやすいです。

(3) 電話勧誘販売

電話で「この商品を買えば必ず儲かる」「必ず値上がりする」などと虚偽の説明をして、高額な商品やサービスを契約させる手口です。



「未公開株」「投資用不動産」など、将来的な利益を強調するケースが多いです。

断ろうとすると「すでに契約は済んでいる」「解約はできない」などと、強引に契約を迫ります。

(4) 霊感商法

「先祖の霊が」「不幸が訪れる」などと不安を煽り、高額な商品売りつける手口です。



「お守り」「仏壇」「パワーストーン」など、精神的な支えになるようなものを高額で販売することが多くあります。

(5) 催眠（SF）商法

「無料の体験会」「無料の説明会」と称して集客し、巧みな話術で高額な商品売りつける手口です。

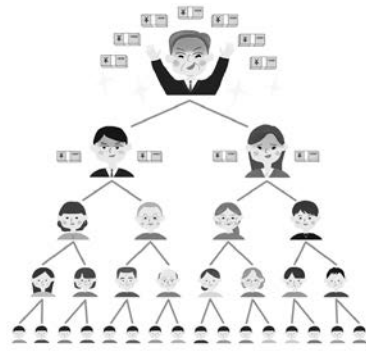
「必ず儲かる」「絶対に得をする」など、非現実的なことを言って、冷静な判断をさせないようにします。

「限定〇個」「今だけ」など、時間的な制約を設けて、焦らせる手口も。



(6) マルチ商法（連鎖販売取引）

「会員になると、新たな購入者を獲得すれば多額のボーナスが得られる」などと、



友人や知人を誘い込む手口です。

最初は「儲かる」という魅力的な話で勧誘し、最終的に高額な商品を購入させられます。

そのため友人関係が悪化したり、多額の借金を抱えてしまうケースもあります。

係が悪化したり、多額の借金を抱えてしまうケースもあります。

(7) かたり商法

「市役所」「警察」「〇〇協会」などと偽って訪問し、点検や調査を装って高額な費用を請求する手口です。



「水道管の点検」「ガス設備の点検」「〇〇の調査」など、生活に密着した分野を狙うことが多くあります。

3 悪質な訪問販売の主な特徴は？

(1) 突然の訪問

事前の連絡なしに突然訪問してくる。

(2) 不審な勧誘

「無料点検」「キャンペーン」などと称して、実際には販売目的で訪問してくる。

(3) 不安を煽る勧誘

「このままだと大変なことになる」「契約しないと損をする」などと不安を煽る言葉で契約を迫る。

(4) 高額な商品やサービス

必要のない高額な商品やサービスを契約させようとする。

(5) 強引な勧誘

断っても帰らない、大声で脅す、進路を妨害するなど、強引に契約を迫る。

(6) クーリン・グオフの拒否

クーリン・グオフを認めない、キャンセル料を請求する。

(7) 契約内容の不理解

契約内容を理解していないのに契約を迫る。

(8) 虚偽の説明

「皆さんも契約しています」「管理会社がらの紹介」など、虚偽の説明で契約を迫る。

(9) 専門知識の悪用

専門的な知識がない消費者を狙い、不必要な工事を勧める。

(10) 執拗な勧誘

一度断っても、何度も勧誘してくる。

4 悪質訪問販売の被害に遭わないためには？

(1) 知らない業者にはドアを開けない

突然の訪問には警戒し、ドアを開けないようにしましょう。

(2) 不安を煽る言葉に惑わされない

落ち着いて、冷静に判断しましょう。

(3) 契約内容をしっかり確認

契約内容を理解してから契約しましょう。

(4) 契約は慎重に

契約はすぐにせず、家族や信頼できる人に相談しましょう。

(5) クーリン・グオフ制度を活用

すでに契約をしてしまった場合でも、契約後8日以内でしたら、クーリング・オフ制度を利用できる場合があります。普段か

らクーリング・オフ制度について理解しておきましょう。

(6) 困ったときは躊躇することなく相談窓口へ

県警本部の警察相談専用電話「#9110」や最寄りの警察署、または市町村の消費生活センターに相談



5 クーリング・オフ制度をご存じですか？

クーリング・オフは訪問販売や電話勧誘販売などで、いったん契約の申し込みや契約の締結をした場合でも、一定の期間であれば無条件で契約の申し込みを撤回したり、契約を解除したりできる制度です。

クーリング・オフには、期間の制限があり、申込書面又は契約書面を受け取った日から**8日以内（マルチ商法は20日以内）**であれば、ハガキ又は電子メール等の電磁的記録によって無条件で申し込みの撤回や契約の解除ができます。

(1) クーリング・オフをしたいときは

ハガキを発送する日又は電磁的記録を送信する日が、申込書面又は契約書面を受け取った日から8日以内（マルチ商法は20日以内）にあたるか確認します。

ハガキであればコピー、電磁的記録であればスクリーンショットなどの方法で保存しておきます。

ハガキを発送する場合は、内容証明郵便か書留郵便により販売業者に「申し込みの撤回・解除の意思」を通知し、受領証を保管します。

購入した商品を送り返すときには、発送の費用はすべて先方負担（料金受取人払い）で処理します。

クーリング・オフを行った場合、損害賠償金や違約金を払う必要はありません。また、代金を支払っていても、全額返してもられますので、必ず契約書類や領収書は保管しておきましょう。

(2) クーリング・オフができないケース

次に掲げるような場合はクーリング・オフができませんので、注意が必要です。

- ・ 店舗での購入
- ・ 代金が3,000円未満の現金取引
- ・ 通信販売で購入した場合

- ・ 一部を使用した消耗品（化粧品・合成洗剤・健康食品など）
- ・ 自動車



支部だより



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」の施策として、今年も9月15日の敬老の日に90才以上118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への「お元気コール」も昨年に引き続き今回で3回目となり、今年も「電話によるお元気コール」に併せ、対象者のお宅に直接訪問する「お届け＆お元気伺い」も昨年よりも多く実施し、今年も対象者及びそのご家族の方々から多くの感謝のお言葉を頂きました。



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7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。

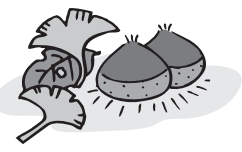
令和7年9月15日

愛媛電友会会長 吉岡 広志



< イベント情報 >

■電友会イベント

	10 月	11 月	12 月	第4四半期
愛 媛	- 会報212号配布 - 親睦レク旅行 安芸灘周遊(10/16) - 親睦ゴルフ大会 チサンCC (10/31)	- 本部ボランティア活動 表彰式(11/12) - NTT退職者交流会 (11/7)	- 環境クリーン作戦In 道後(12月上旬) - 令和7年度地域 交流会 (12月～R8.2月予定) - 常任幹事会 (12月中旬)	- 事務局長会議 (R8.2月予定) - 編集委員会 (R8.2月予定) - 令和7年度地域 交流会 (R8.1月・2月) - 常任幹事会 (R8.3月予定)
香 川	- 会報212号配布 - 第6回趣味の作品展 〈高松美術館市民ギャラリー〉 (10/31～11/2)	NTT環境クリーン 作戦 IN峰山2025 (11/8)	- NTT退職者交流会 (12/12) - 第4回三役会議	会報213号配布
徳 島		にし阿波の花火2025 徳島県の全国花火師 競技大会 令和7年(11月8日(土)) (開場11:00～打上開 始18:00予定)徳島県 西部健康防災公園	NTT退職者交流会 (12/3)	とくしまマラソン 2026 (2026年3月22日(日) 開催予定)
高 知	10月号会報手配り - 第3回役員会 (10/16) (編集委員会) 5役会 - 観光開き清掃	- NTT退職者交流会 (11/5) - OB親睦旅行 (11/17～18) - 帯屋町シンボルロー ド花壇整備 5役会	- 文化講演会(12/17) - 忘年会(12/17) - 車椅子清掃 5役会	1月号会報配送 - 第4回役員会 (編集委員会) - 現金自治検査 - 観光開き清

■地域イベント

	10 月	11 月	12 月	第4四半期
愛 媛	①松山秋まつり (10/5～10/7) ②西条まつり (10/14～10/16) ③新居浜太鼓まつり (10/16～10/18)			第63回愛媛マラソン (R8.2/1)
香 川	- 瀬戸内国際芸術祭 2025 秋 (10/3～11/9) - 高松市菊花展競技会 (10/18～11/17) 〈高松城跡玉藻公園〉 - 宇多津秋祭り (10/24～10/26) 〈宇夫階神社〉	銭形砂絵「寛永通宝」 砂ざらえ (11/29)		- 丸亀ハーフマラソン (R8. 2/1) - 香川マラソン (R8.3/15)

■地域イベント

	10 月	11 月	12 月	第4四半期
徳 島	10.20会報発送 - NTTアドプトプログラム吉野川(予定)	日帰り旅行(11/12) 吉本新喜劇・かに道楽	役員会予定	第6回趣味の作品展(R8.3/5～7)
高 知	- 四万十川ウルトラマラソン(10/19) - 高知大道芸フェス(10/5～6) - 夜の動物公園のいちdeナイト(10/5) - 第40回 越知町コスモスまつり(10/5～20)	- 高知漫画フェスティバル(11/2～3) - 龍馬生誕祭(11/15) - 大川村謝肉祭(11/3)	- クリスマスマーケット In高知(12月中旬) - シャドウアップ 高知城(12/6～13)	- 土佐のおきゃく(R8.3/7～15) - 南国土佐皿鉢まつり(R8.3/2)

■JR四国観光列車「志国土佐 時代(トキ)の夜明けのものがたり」
土讃線 高知駅～窪川駅間

- 10月 4日～26日毎土日、13日(月)
- 11月 1日～30日の土日、3日(月)
- 12月 6日～21日の土日

土佐くろしお鉄道 ごめん～奈半利線

- 12/26を除く毎金曜日

デザインと印刷 大判カラー出力 A0 スキャニング

(A0までの図面・文書等をデータ化)
(CD-ROM DVD USB等に保存)



南海プリント株式会社

■本 社 / 松山市生石町449-3
TEL 089-943-0770
FAX 089-943-0780



☆私の健康法について

雉鳥 伸由紀さん（高松市）

人間の身体の60%（高齢者は50%）は水分から成り立っています。つまり体重の6割、例えば体重60kgの人の水分量としては約36ℓということになります。

ですから生存していくためには水の摂取というものが大切になってきます。参考として65歳以上の人で1日の水分摂取量は平均的には2500cc位が目安です。



1日に必要な水分量の計算ツール

【使い方】体重と年齢を入力してください。一日に必要な水分量と最低摂取量を算出します。詳しい説明は使い方はこちらをご覧ください。

※入力内容は利用者のためにご利用者様に提供されます。入力された値は匿名化して保存されます。

体重	年齢
60 kg	77 歳
1日に必要な水分量 1500 ml	
最低摂取量 900 ml	

体重「60kg」、年齢「77歳」の場合、1日に必要な水分量は「1500ml」、最低摂取量は「900ml」です。

【計算式】
体重(kg) × 年齢(歳) ÷ 100 = 必要水分量(ml/日)
【必要水分量の目安】
20～40歳：25ml/kg/日 50～64歳：20ml/kg/日 65歳～：25ml/kg/日（参照元：国立健康・栄養研究所「健康栄養学」）

私が電解水に出会ったのは電電公社時代にNT社によるお昼休みのプレゼンテーションでした。昼食弁当付き講演会。アルカリイオン水（水素水ともいう）を目の前で実演して

くれるものでした。それまでも水素水については興味があり関係本も読んでいましたので少しの知識はありました。その講習の中でメーカーさんがいろいろなアルカリイオン水で目に訴える実験をしてくれました。私にとっては何かマジックを演じているような不思議な体験でした。今でも覚えているのは、2つのコップが用意され片方は普通の水道水、もう片方はアルカリイオン水が入れたカッポプがありました。そこにお茶葉を各々入れ水の色を調べるものでした。水道水のコップはほとんど色がつかず透明に近いものでした。一方アルカリイオン水の入ったコップは鮮やかな緑色がついていました。アルカリイオン水の微細な気泡にお茶の成分が溶け込んだ結果このような色が出るそうです。

人間は毎日の疲れや過労で体全体に活性酸素が溜まります。それらを体の各部が除去してくれるのですが一定量を超えると疲れとして残ります。その活性酸素除去作業を補助するためにアルカリイオン水（水素水ともいう）を飲みます。

毎年の健康診断の受診で軽い胃炎・貧血が診られるという健診結果が2～3年続いて通知されました。そこでピロリ菌除去と体質改

善を兼ねてアルカリイオン水を摂取することにしました。

当初はアルカリイオン水の摂取は高松南局で休憩時間等に飲んでいました。勤務場所がライオンマンセンタになり、その間アルカリイオン水はお休みをしていました。組合からの意見要望でライオンマンセンタにも整水器を設置してくれることになりました。NT社がライオンマンセンタでも昼食付講習会を開催してくれましたので再受講をしました。その際キャンペーンを利用して思い切って購入しました。

何時でも出来立てのアルカリイオン水が飲めるようになったので、毎朝、起床するとうがいをし、アルカリイオン水をコップ一杯飲水することになりました。すると翌々年には胃炎は消え貧血も改善の兆しが現れ、その後消化器官系のトラブルは生じていません。水分補給は大切です。

（話は変わりますが）テレビの健康バラエティを見るのが好きで「主治医が見つかる診療所」「たけしの家庭の医学」「名医のTHE太鼓判」「NHKためしてガッテン」「東洋医学」等をブルーレイにおよそ100枚位録画して楽しんでいきます。身体のいろんな部位の

病気の原因からケア対処策まで面白おかしく制作しています。

その中で自分に合って改善したと思うのが「変形性膝関節症」の治療です。若い頃からソフトボールが大好きで毎週土日はよくプレーをしていました。その影響が古希の頃、急に左膝が痛くなり歩きにくくなりました。歩くと違和感があり、それを庇うのが右足も同じように痛みを感じるようになりました。

階段や段差のある場所での移動は膝に更に負担がかかり非常に苦痛でした。また膝が途中から曲がらなくなり正座ができなくなりました。それまでは法要等での正座は2〜3時間座っていてもどうもなかったのですが、ある一定の角度から膝が痛くて曲がらなくなっていました。整形外科医院で診断を受けると当初に書いた「変形性膝関節症」ということでありました。

足にむくみがあるといったら膝の水を抜いたりヒアルロン酸注射をしたり痛み止めの薬を服用したりしましたが改善しません。治らないので次にリハビリテーションというコースに移り毎週1〜2回の間隔で半年間病院に通いました。しかし芳しくなく、担当の外科の先生は「これ以上の処置はできない。健康保険も打ち切りになります。膝を切つての手術

はできますがどうしますか?」と言われました。膝を切つてまではやりたくないという回答し痛いのを我慢していました。その間、友達からサプリメントを服用したりしましたがイチヂで回復には程遠いものでした。その頃NHKのTV番組「ためしてガッテン」で「変形性膝関節症の画期的改善」という特集をやっていました。朝、膝もたんぱく質が不足すると骨や筋肉の中からたんぱく質を摂取して補うという作用があることが判明しました。そこで朝はたんぱく質を十分に補給してやることとが重要との結論でした。簡単な方法として大豆のたんぱく質を利用します。納豆・豆腐アゲ等いろいろありますが、手軽で容易に使用できる黄粉をとれば良いということです。そのTVを観て以来、毎朝黄粉を牛乳に混ぜパンと一緒にいただいています。一年ぐらい経過すると、知らぬ間に膝の痛みは和らいできました。歩く時も階段も抵抗なく移動できるようになりました。ただ正座はどうしてもでき

なく、ある一定の角度以上には膝は曲がりません。どうしても正座が必要なときは膝崩しや椅子かけ等で対処しています。

「人生80年」の言葉の続きは、健康寿命と平均寿命が延びたことから、「人生100年時代」という言葉が広く使われています。

歳と共に身体の高齢化はどんどん進んでいきます。少しでも現状維持が続けられるよう日頃から健康維持に精進し、健康寿命を延ばせるよう頑張っていきたいです。

こんなにもある！ 電解水の利用方法

強酸性水	酸性水	浄水	アルカリイオン水	アルカリイオン水	アルカリイオン水	アルカリイオン水	アルカリイオン水
pH 2.4-2.7	pH 4.5-6.0	pH 7.0	pH 8.5-9.0	pH 9.0-9.3	pH 9.3-9.5	pH 9.5-9.9	強アルカリイオン水
上級フッ素樹脂製ボトルから出す	上級フッ素樹脂製ボトルから出す	上級フッ素樹脂製ボトルから出す	上級フッ素樹脂製ボトルから出す	上級フッ素樹脂製ボトルから出す	上級フッ素樹脂製ボトルから出す	上級フッ素樹脂製ボトルから出す	上級フッ素樹脂製ボトルから出す
様々な洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤などの役割に代わります。	洗剤などの役割に代わります。	洗剤などの役割に代わります。	洗剤などの役割に代わります。	洗剤などの役割に代わります。	洗剤などの役割に代わります。	洗剤などの役割に代わります。
洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。
洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。	洗剤・殺菌剤に代わります。

強酸性水の除菌能力		酸性水の除菌能力		浄水の除菌能力		アルカリイオン水の除菌能力		アルカリイオン水の除菌能力		アルカリイオン水の除菌能力		アルカリイオン水の除菌能力		アルカリイオン水の除菌能力	
品名	容量	品名	容量	品名	容量	品名	容量	品名	容量	品名	容量	品名	容量	品名	容量
強酸性水	100ml	酸性水	100ml	浄水	100ml	アルカリイオン水	100ml	アルカリイオン水	100ml	アルカリイオン水	100ml	アルカリイオン水	100ml	アルカリイオン水	100ml
除菌力	99.9%	除菌力	99.9%	除菌力	99.9%	除菌力	99.9%	除菌力	99.9%	除菌力	99.9%	除菌力	99.9%	除菌力	99.9%

TRIM 電解水素水・電解酸性水の利用例

1. 電解水素水の利用例

電解水素水は、電解槽内で電解された水素と酸素が溶け込んだ水です。電解槽内の電圧を調整することで、水素と酸素の溶け込み量をコントロールできます。

電解水素水の効果は、電解槽内の電圧を調整することで、水素と酸素の溶け込み量をコントロールできます。

電解水素水の効果は、電解槽内の電圧を調整することで、水素と酸素の溶け込み量をコントロールできます。

2. 電解酸性水の利用例

電解酸性水は、電解槽内で電解された水素と酸素が溶け込んだ水です。電解槽内の電圧を調整することで、水素と酸素の溶け込み量をコントロールできます。

電解酸性水の効果は、電解槽内の電圧を調整することで、水素と酸素の溶け込み量をコントロールできます。

電解酸性水の効果は、電解槽内の電圧を調整することで、水素と酸素の溶け込み量をコントロールできます。

3. 浄水の利用例

浄水は、電解槽内で電解された水素と酸素が溶け込んだ水です。電解槽内の電圧を調整することで、水素と酸素の溶け込み量をコントロールできます。

浄水の効果は、電解槽内の電圧を調整することで、水素と酸素の溶け込み量をコントロールできます。

浄水の効果は、電解槽内の電圧を調整することで、水素と酸素の溶け込み量をコントロールできます。

ドキュメント

☆スポーツと私

林 勝司さん（徳島市）

私とスポーツとの出会いは、両親からいただいた高い身長を生かしてバレーボールを一生懸命続けてきました。徳島市津田中学校で3年間、小松島高等学校で3年間、当時の電々公社へ入社して実業団の電々中国で8年間、地元へ帰ってきて小松島クラブ20年間と34年間にわたり団体競技のバレーボールを行なってきました。おかげで、高校・実業団・クラブで5度国民体育大会に出場することができ充実したバレーボール競技生活を送ることができました。バレーボールを卒業して47才を迎え他のスポーツをしようと思ひ、近隣にスポーツ施設があることより、47才で個人競技の水泳を始めました。徳島市金沢町に在るハッピー徳島のプールを使用してのスイミングスクールに通ったり、自主練習を繰り返して正しい泳法を会得する



ことができました。そうしたことを糧にして、各種の水泳大会に参加したり、試合に出場をしたりすることを48才頃から何回となくおこなってきました。みなさんもメディアニューズ等で観たり聴いたりしたことがあると思いますが、5才きざみの年齢別の競技であるマスターズ水泳に70才まで県大会、四国大会と毎年参加してきました。その成績結果たくさん優勝メダルを獲得することができ、今でも家に保管しています。また、69才頃から健康と体力維持について考えて毎日平泳ぎを連続で25mプールを30往復1500mと決めて、年間400km前後を泳ぎきっています。今年4月に76才を迎えましたが、体力的にも問題なく現在も継続して泳ぎを続けていて、これからも体力が続く限り泳ぎたいと思っています。なお、おかげさまで心肺機能も高まって電友会の仲間と行なっている好きなカラオケも楽しく歌い、食事・酒は美味しくいただき、毎晩よく睡眠もとれています。高齢者を迎えても、元気で楽しく泳ぎ続けられていることに毎回感謝をしています。



ボランティア紹介

☆心のバリアフリー社会実現にむけて

（タンデムで障がい者に生き甲斐作りを！）

野首 順一さん（松山市）

私が「タンデム自転車NONちゃん倶楽部」と出会ったのは2013年4月でした。65才で仕事を卒業し、これから何をしようかと思ひながらNTTOBの経営する居酒屋でNONちゃん倶楽部の津賀 薫代表と隣り合せとなり、タンデム自転車の普及活動を手伝う事になりました。

タンデム自転車とは複数人乗りの自転車で1873年デンマークにおいて開発され、海外では15人乗りも有るようです。愛媛県は2010年8月1日に全国で4番目に公道走行が許可となり、その年にタンデム自転車NONちゃん倶楽部も活動を開始しました。

タンデム自転車NONちゃん倶楽部は、「タンデムで障がい者に生き甲斐作りを」が活動の大きな指針の一つとなっており、障がい者との関りは最初は視覚障がい者を後部（子パイロット）に乗せ、パイロットを前にして走行しました。現在では障がい者の対象を広げ、

身体障がい者、知的障がい者、重度身体障がい者を「子パイロット」として受け入れていきます。

障がいの程度も様々で、ペダルを回せない参加者には整備スタッフがペダルを改造したり、肢体維持困難者は、電動アシスト自転車の座面改造等、その状況により工夫し運行しています。

小児科医にこの子は歩ける可能性は1%も有りませんと言われた子が、車椅子で自由に動きタンDEM自転車にも乗れるようになりました。

また、タンDEM自転車とは別に海上でのツール（ビーチスター等）も追加し、海を楽しむと共に障がい者の残された潜在能力の発達にも貢献しています。

私が、この行動を続けられるきっかけは、下肢が全く動かない参加者をビーチスターを使い海に入れた後、両脇はスタッフに保持されながら自力歩行を試みた様に見えました、この参加者は「もしかしたら歩ける様になるかも?」、私は今でもその時の感動を忘れることは出来ません。

2023年には、視覚障がい者2人、身体障がい者3人がしまなみ海道78kmをタンDEM自転車で行く。9月中旬にも関わらず猛暑の

中で悪戦苦闘しながら総勢26人が万全の体制で無事完走しました。（達成感と感激で涙の笑顔）

また、タンDEM自転車NONちゃん倶楽部はいろいろなツールを使い地域の防災訓練、障がい者施設の避難訓練等も行い、非常時においても誰も取り残さない様心がけています。

津賀 薫理事長は、「『あなたは、障がい』という線をどこで引きますか?』というドーマン博士の言葉や、『感動とは感じたら動く』と書く。感動を覚える間、人は生きてゆける。人生を決定するのはやる気です。』といった鈴木健二さんの言葉から、タンDEM自転車をかけ橋として心のバリアフリー社会を実現する一助になればたら。」と言っています。その思いに私も賛同し、共に活動しております。

最後に、私たちはチヨボラ（チヨットボラ）を推進しています。「何かお手伝いできる事がありますか?」と気軽に声をかけましょう。しかし、簡単なようでなかなか難しい。一言掛ける勇氣に私は1年掛かりました。困って居る方が居ればほんの少しお手伝い。差別のない共生社会の一步になれば幸いです。皆様も如何ですか。



《タンDEM自転車・野首さん（前席）と津賀代表》



《NONちゃん倶楽部事務所》



《高性能三輪自転車》



《車椅子自転車・野首さん（後席）と津賀代表》



《お座敷カタマラン艇》



《ビーチスター》



《BIG サップ》

私は今

今月号は、古希を迎えた方々を中心に近況報告をいただきました。

◇ 明野 寿（大阪市 H29年退）

還暦を過ぎたと思ったらもう古希を迎えました。大阪に家を建てたのでこれからここで暮らすつもりでいます。

趣味のバドミントンは全日本シニアに出場するために大阪府実業団に所属、これだけは頑張ろうと思っています。

あと、大阪府高齢者大学というところに通っていて、「歌を楽しむ科」では声楽を学んでおり、私のパートはテノール、50人くらいでプロの先生の指導のもと、斉唱、「第九」とか4部合唱をやっています。

「世界遺産を学ぶ科」では海外80カ国に行った人がいて、私はやっと半分強、体力の続く限り近づきたいと思っています。

話はバドミントンに戻りますが、最近勝率は悪くなってきています。一番は一生懸命やって勝つ、二番目は一生懸命やって負ける。若い子とやるのだから仕方がないのだけれど、だんだん動けなくなってきた自分

言い聞かせています。

健康に十分気を付けながら頑張っていきたいと思います。

◇ 天野 耕三（松山市 H23年退）

NTTを退職後に通建会社等でお世話になり完全リタイアして2年半ほどになりました。

これといった趣味もないため、毎日、犬と散歩をしたり大リーグを観戦して過ごしています。

また、年に数回は神社仏閣めぐりで京都等へ小旅行をしています。最近は少し膝に痛みがあったりしますが、元気な間はもう少し続けたいと思っています。



《愛犬（ミニチュアダックスフンド）》

◇ 石井 健一（松山市 R2年退）

小さい頃から釣り好きの私は、内科・整形外科・歯科に通いながらエングを楽しんでいます。

師匠（52才）と、天候と風を見ながら、津島町・愛南町に通っています。師匠は3キロ超えの怪物アオリイカを釣っているつわ者ですが、私はまだ600g超え止まり。まずはキロ超えを目指して頑張っています。

◇ 泉 仁康（松山市 R2年退）

徳島統制電話中継所阿南分室に採用との葉書を手に生まれて初めての地、阿南に着いたのが52年前でした。野球がやっと1チームできる人数11名の職場でした。

そこから私の社会人人生が始まりました。その後何度か転勤を繰り返しましたが、古希を迎えた今でもそのころの先輩や仲間とは定期的に会い楽しい時間を共有しています。

これからもお声がかかると、一人で歩いて行ける足腰と飲み会の場所を間違えない認知能力の維持に向けて、散歩や読書に張り切りと思っています。

◇ 梅原 玲子（土佐市 H27年退）

健康管理センターで保健師をしていた梅原です。在職中は大変お世話になりました。

六十才前から『四国八十八ヶ所巡礼』を友人四人で三度回りました。今回、七〇才記念に『西国三十三所観音巡礼』を始めようと兼ねてからの念願を実行に移しました。

まずは京都からと決めたのはよかったのですが、今年の夏は猛暑となり、お寺参りは七〇才の身体には耐え難いものでした。保冷剤を首に巻き、携帯の扇風機をぶら下げ、凍らせたペットボトルを溶かしながら飲むという出で立ちです。タクシーも利用し、体力消耗を防ぐことを心掛けました。

「清水寺」では観光客が多く、人の波をすり抜けて進む感じでした。「醍醐寺」や「今熊野観音寺」「三室戸寺」は広大な自然豊かな山間に位置し、世界遺産や国宝のお寺もありました。疲れましたが、心が洗われた気持ちになりました。観音様に世界平和・南海トラフ地震も近いので安心安全な世の中をと祈りました。

皆様も健康第一で元気で過ごしてください。

◇ 大森 瑞恵（松山市 H30年退）

63才で退職してから、はや7年目になりました。長年専業主婦にあこがれながらも、自分の時間も大切に写経や食育活動にも参加していたところ、「退職者の会」より声がかかり毎日忙しく事務所通いをしています。

また、昨年より夫と共に八十八ヶ所参りを始め、香川・愛媛と参り終え、今後は高知・徳島と空いている時間に行けるときにゆつくりと時間をかけてお参りしようと考えています。

これからの人生も孫たちに囲まれながら、健康で楽しく過ごせることを祈りつつ。

◇ 奥村 信一（松山市 H27年退）

平成27年9月にNTTを退職後、通建会社でお世話になり、現在に至っています。今年で10年が経ち、古希を迎える歳になりましたが、病院通いはしているものの、まだまだ元気に働いています。

これといった趣味はありませんが、毎日1万歩を歩くことを目標にウォーキングに頑張っています。

月並みな話になりますが、これからの楽しみは、高校生を筆頭に下はまだ10カ月の4人の孫と、今後増えるかもしれない孫達の成長

です。

◇ 門屋 文憲（松山市 R2年退）

16年間の大阪勤務を経て、平成27年に松山へ帰り、再雇用制度で5年勤め、令和2年完全リタイア。

現在は、週3日程度運転手のアルバイトで、書類の配送を愛媛県内、東予・中予・南予と回っています。安全運転に気を付け、健康第一で過ごしていきたいと思っています。

◇ 川上 次男（高知市 R3年退）

令和3年に退職して古希を迎え、電友会やボランティア活動の傍ら、空き家になった実家の管理やその周りにある畑での野菜作りの日々が日常となっています。

最近のボランティア活動では、帯屋町シンボルロードの花植えや野市あじさい街道の咲き終わった花の剪定等で汗を流しました。

また、野菜作りでは、今年はどう



《窪川にて》

したことが、ジャガイモやニンニクが多く取れたので、姫路で高知県産品を売っている息子の嫁の店に送りました。

今後も、健康に気を付けて頑張ります。

◇ 北村 重徳（坂出市 R2年退）

7月13日に昭和48年高松電報局採用の3人の同期等5人で久しぶりの同窓会を行いました。昭和61年に高松電報局解散後、各々違う職場になり、退職時はNTT・FTT、NTT・ドコモ、NTTデータでしたが、不定期ながら継続している同窓会をこれからも永く続けられることを願っています。

20才から始めた少林寺拳法は、5年前に道場は廃止しましたが、生涯修行のため転籍して継続中。でも、若いときのようにには動かないけれど、気持ちは鍛える拳法です。



◇ 小池 靖臣 (松前町 R3年退)

退職してもうすぐ5年。何はともあれ、無事に節目の古希を迎えることが出来て喜んでいます。

現在は、西条市にある実家の管理と家庭菜園をしながら健康維持のためウォーキングに努めています。

また、5月に中学校、8月に高校の古希同窓会があり、再会を懐かしみ旧交を温めました。

無理をしない、我慢をしないをモットーに自由気ままに過ごしているところです。これからも、70代を楽しみたいと思っています。

◇ 後藤 仁 (徳島市 H28年退)

今年4月に古希を迎えました。最近気が付いた事。内科、歯科、眼科、耳鼻科等、やら診察券が増えてきました。徳島は医者さんが多くて助かっています。コレステロールと血圧の薬、それに水1日1.5Lで健康の基準値を保っています。水2.0Lを勧められています、正直しんどい。

毎朝1時間の散歩と毎朝飲む黒酢はちみつの特製スムージー。それにPCに遊ばれる適度のストレスが老化対策と考えております。いつまで続くことやら……。

◇ 近藤 雅則 (松山市 H30年退)

ついこの間還暦を迎えたばかりだと思っていたのに、もう古希か……。

自分では、若いつもりでいたのに、生活習慣病になり、大切な先輩や友人も何人が亡くし、健康のありがたさを感じています。

でも、楽しい事もあり、今も地区のスポーツ大会(ソフトボール・レクバレー)の世話役(選手(笑))として、若い選手達と会い日常のたわいもない会話が楽しみです。

この先、人との出逢いを大切にしていきたいと思っています。



《近藤 雅則監督兼選手 名サード!》

◇ 酒井 始 (松山市 H31年退)

高3の夏休みが明けて早々、学校より、「電々公社からの募集があるが、希望者は手をあげて」から始まり、高松を出て、初めての入社松山より、五十有余年が過ぎました。

その間の歳月に於いて、歌の文句ではありませんが、山あり、谷ありの「人生いろいろ」でした。

現在私は、週2〜3日程度の短時間アルバイトをしながら、気が向けば、近場の道の駅巡りや、年1回程度の旅行等を妻や友人達と行って、楽しんでいきます。

これからの最後の夢になりますが、一度でいいのでアメリカのロサンゼルス野球観戦ツアーに行ければなーと思っています。「宝くじが当たればの話ですが?」



《「東北旅行」伊達政宗像前：仙台》

◇ 重見 公成（松山市 H23年退）

令和5年4月から縁あって愛媛県難病医療事務センターの責任者をしています。

愛媛県下の約14,500名の難病患者さんに対する国及び県からの医療費助成の手続き（申請・変更・更新）の受付や助成資格の証（受給者証）の発行を行っています。患者さんの病状（重症度）の程度や患者さんの世帯の経済状況で助成する額のランク分けが必要など、複雑な制度の習得が必要で、苦労が絶えませんが、ある種の社会貢献だと感じています。やりがいを持って勤しんでいます。更新の時期で今（6月下旬～9月上旬）が繁忙期です。

◇ 篠原 葉子（松山市 H27年退）

60才で退職し、あっといふ間の10年。アレヨアレヨという間に古希です。

現在は、趣味とスポーツを楽しみ、好きな孫達5人と毎日元気に過ごしています。

最近では、ボウリング238、ゴルフ82というスコアが出て「オッ！まだまだやれるじゃん私」とニマニマしているところです。そして、主人が作ったお米と野菜で家族みんなが元気モリモリ！健康な身体に感謝しながら、毎日笑顔で過ごすことが目標です。

◇ 鈴木 明彦（高知市 R2年退）

ご無沙汰しています。令和2年に退職し早や5年経過、今年早々、古希を迎えましたが実感がなく、病院受診のおり窓口負担が2割になったと聞き、喜んでよいのか複雑な気持ちです。姪には見た目は60才でも通ると言われ、その気になっている私です。

退職後は生まれ故郷（旧池川町、現仁淀川町）にD-I-Yで小屋を建て週末の小屋暮らしを夢見ておりましたが現実は一蹴、母の介護と孫（小1と小4）の世話をすることが日課になっていますが小屋暮らしを諦めたわけではありません。

また、地域活動として宮の奥自治会（書記）で活動していますが、会議のたび議事録をまとめることに苦労しています。

これからも介護が続きますが、前向きな気持ちで生きていきたいと思っています。

◇ 曾我部 世司（松山市 H26年退）

NTTを退職して早や11年。退職後、趣味の釣り・木工作品・アウトドアの小物作りなどに没頭していましたが、一昨年の10月から山越ゴルフガーデンに契約社員として勤務しております。今まで、2年間に1・2回のゴルフプレーでしたが、これを機に健康増進の

ためにゴルフの練習を行っています。

野球は90度の中に打てばいいのですが、ゴルフはセンター前に打たなければなりません。これが難しい。練習して同伴者に迷惑を掛けないように頑張ります。



《大学時代の同期と北海道札幌で古希祝い R7.6 左端が私です》

◇ 武重 正三（東みよし町 R2年退）

在職中には担当保健師さんの丁寧な指導を受け大変感謝しています。対話を通じて教わった事から実行していることを紹介します。

①毎朝起床時の体重記録②毎日万歩計の歩数を就寝前に記録③歯周病予防のための口の巾を清潔に保つ④外出時のマスク着用⑤帰宅時の手洗いとうがい⑥食事はカロリーを考えて減塩と野菜タンパク質中心。

余暇には新聞や書籍のエッセイを読み、筆者の生き方を参考にしています。

また、テレビ・ラジオは音楽番組を中心に視聴して楽しんでいます。

◇ 竹村 博仁（津野町 H28年退）

シルバー人材センターの呼びかけに対応できる時は草刈り作業に出ています。

ヘルメットや防護メガネ等を身に着け、車や建物などを傷つけないよう養生したり、水道ホースなどの障害物を移動させながら慎重に進めます。猛暑でも作業できるのは、空調服や保冷剤のおかげです。

また、お客様に喜んでいただくと、更にきれいに仕上げようと元氣が出るので、やっぱり笑顔が一番の報酬だと実感しています。

◇ 田中 潤二（松山市 R2年退）

「次は出合橋のいも炊きなんかいね。」2年前より「小学校」「高等学校」の世話役を掛け持ちし、忙しい毎日です。昨年、節目の



《NTT四国料金センタの皆さんと 前列右が私です》

「古希同窓会」（5月・12月）を終えた後も、新年会・花見・暑気払い・・・と行事は盛り沢山。「なんかフツの飲み会になってない？」（家族一同談話）半ばあきれ顔で・・・私のシナリオ通りの展開にしたり顔。互いを呼び捨てし昭和にタイムスリップできるひと時、懐かしく、面白い。

同窓会と並行して気の置けない会社仲間とも定期的に年相応の情報を交換しています。「どうでしょう？水曜日あたり！萱町の馴染の酒店へ！」

10月なのに未だ夏日の連続。さて、そろそろ「忘年会の打ち合わせに一番町の老舗ホテルへ行ってくるけん。」

◇ 田鍋 良忠（松山市 R2年退）

私は現役時代、お客様サービス部門のお客様窓口やPコールセンタで電話回線や光回線新設に努めてきました。最終的に設備部門の施工により電話やインターネットが使えますが、設備部門にはいろいろな場面で助けて頂きました。

退職する時、現役時代にお世話になった設備部門になにか貢献できないかと、四国通建（株）様と委託契約を交わし電柱設置に伴う敷地折衝を行っています。

具体的な仕事は今治市、越智郡が担当エリアで現地に出向き地権者様に土地の使用承諾を頂くことです。現在は何とか詐欺が横行し地権者様のガードが固くなりましたが根気よく接しておれば理解して頂けます。

地権者の方達とは電柱の話だけでは無く、様々な会話や新しい出会いがあります。また会社の同僚や幼馴染に久しぶりにお会いし懐かしい話で盛り上がる事もあります。この仕事の醍醐味であり面白い所です。

設備部門への貢献と、歩き動く事で脊柱管狭窄症の現状維持もありもう少し頑張ろうと考えています。

◇ 玉井 健司（松山市 H24年退）

NTTでは共通系営業系業務で35年間17回の転勤で、様々な多くの出会いと別れを繰り返しながら思い出作りが出来ましたが、57才で退職し損害保険に関わる新たな業務に就き早や14年経過し、あれよあれよという間に70才を超えていました。

今は、勤務先損害保険会社の代理店で交通事故等の損害アドバイザーとして、しぶとく勤めています。

ゴルフ・釣り・園芸も続けていますが、熱中症に3度もかかり、点滴の常習犯です。

◇ 永井 周治（松山市 H4年退）

私は昭和11年7月4日に生まれて、昭和27年4月に電気通信省（現NTT）に採用され、平成4年3月（在職40年）に松山研修センタを最後に退職しました。

在職中は諸先輩に育てられ、感謝しかありません。職場は最初の約10年は四国、次に本社、東通など約20年、最後の3年は四国といういろいろの職場でお世話になりました。

先月7月4日で満89才となり、来年は卒寿になる予定です。出来れば白寿（九十九才）まで健康でいたいと思います。

また、NTTを退職して約30年になります

が、今後は四国電友会はじめ今までの恩返しの人生にしたいと思っています。

◇ 難波江 猶樹（西条市 H27年退）

60才を目前に退職して早や10年が過ぎました。

退職後は、福祉、行政、医療とそれぞれ新たな分野に進み、現在、精神保健福祉士の資格を生かして、地元の精神科病院でソーシャルワーカーとして働いています。

病院では地域連携室に所属し、地域における他の医療機関や他施設との連携業務をはじめ、初診相談や入院退院の支援業務などが主な仕事です。この仕事を通じて、精神疾患を持つ人の支援の難しさと同時にやりがいを感じています。

一方、プライベートでは、中学から始めた



《地域連携室にて》

サッカーを40才から地元のシニアチーム（西条88FC）に所属し、ポジションはフォワードで2年連続の得点王を狙っています。

今は、70才以上の県リーグに参戦し、前期を終え上位3チームが勝ち点で並んでおり、辛うじて得失点差で首位に立っています。まず今年度、県リーグで優勝し、次に来年の四国大会に優勝して全国大会に出場するのが目標です。

これからも目標を持って、仕事もプライベートも1年でも長く現役で継続できればと思っています。

◇ 並川 昭博（松山市 H30年退）

NTTを離れて早や6年、古希を迎えましたが、元氣（高血圧、高脂血症、右膝靱帯炎とともに）でやっています。

エブリサンデーの日々を「やりたいこと、好きなように、今やろう！」をモットーに、当初は、山歩き、釣り、旅行と楽しんでいました。2年前より右膝痛でアウトドアがNGとなり、寂しい限りです。

今は、年2〜3回、同級生4人で「酒・グルメ居酒屋探訪の旅」を楽しんでいます。

皆様のご健康と楽しい人生をお祈り申し上げます。

◇ 西山 薫 (松山市 R3年退)

元気で頑張っています。
皆様のご健勝を願っております。

◇ 濱田 良彦 (安芸市 H28年退)

7年前、球児の青春として報道ステーションの取材にて、球友と70才まで野球が出来たら？が、今年から古希野球の仲間入りか。中学、高校、大学、社会人、その後も関西や高知で野球に関わり大半をマウンドに立ち、心地良い緊張感を味わうこと、57年。



昭和48年 第55回全国高校野球選手権大会 高知商業対東邦(愛知)
5対3で勝利 最終的にベスト8
(投手が私です)

新しいユニフォームに改めてこの歳まで野球が出来るとは。肩や膝の痛みと付き合いつつながら、おじいちゃん達と共に、もう少し頑張るぞ。

高校球児の憧れの甲子園も気が付けば7回目。11月に開催の「おじいちゃんの甲子園」マウンドに立つからには、高校(2勝)、還

暦(1勝)に続き古希でも勝利し、有終の美を飾り美味しいお酒で乾杯だ！

◇ 藤川 孝幸 (松山市 R2年退)

退職して5年、古希を迎えました。

最近、病院通いが増えましたが、日常生活には支障なく、趣味のウォーキング(散歩?)や読書などで楽しく日々を過ごしています。

今年も猛暑が続いていますが、季節がよくなったら、とりわけ楽しみのひとつになっている温泉旅行に行き、のんびりと湯につかりながら、日頃の疲れを癒し、旅先ならではの地酒を味わい、心と体にご褒美をあげたいと思っています。

さて、現役時代を振り返ると、一番の思い出は、東日本大震災の支援で石巻に行ったことです。現地で目にした被災地の光景は、今



《自宅にて》

も鮮明に心に残っています。機会があれば、そこから力強く復興した現地を訪れてみたいです。

◇ 松井 伸彦 (松山市 R2年退)

退職してから、5年目を迎えました。この間、(孫が「2人」誕生・私自身の入院・母の死去)と、目まぐるしくもありましたが、昨年末でたく、父が100才を迎えました。あいにく、GHに入所しており、週2回面会するのが、今の私の「幸せなルーチン」です。

◇ 松本 泰則 (南国市 R3年退)

家族構成は、96才の父親と90才の母親と妻と息子で暮らしています。

毎日の仕事は息子が農業をしているのでその手伝いをしています。4月に植えたお米を8月17日に刈取りました。妻が趣味でしている家庭菜園は、暑さで半分ぐらいになりました。

ボランティア活動としては、南国市の少年警察補導員を続けています。

健康面では、大好きなサッカーを地元の三和クラブで監督・選手として健康のために頑張っています。また、一般社団法人高知県サッカー協会の会長職は来年の6月後半で任期満

了です。

最後になりますが、サッカーをやりすぎてか膝関節症になり毎日海岸通りの堤防を飛行場まで自転車でサイクリングしてリハビリに励んでいます。頑張ります。健康が一番。

◇ 森 正孝（松山市 R2年退）

退職して5年が経ちました。今は、平日マシオン関係の仕事をして5年目に入りました。

週末は野球審判（28年目）と孫の守りをしていきます。体力の続く限り、野球審判を続けたいと思います。

月に1・2回、ドライブが好きなので家内と道の駅に行っています。道の駅では、気に入った旬の食材があれば購入しています。

これからは、孫の成長を楽しみにしながら健康第一で生活を送りたいと思います。

◇ 山本 茂（松山市 R3年退）

昨年5月に椎間板ヘルニアの手術をして一週間程入院をしました。手術・入院ともに初めてなので不安でしたが無事に退院することができ「ホット」しました。

退院後は暫く安静にしましたが、運動不足のため早朝散歩に励んでいます、そのた

め就寝は21時頃と早寝早起きの日常生活を送っています。

米軍の横田基地がエリア内にある東京福生（ふっさ）局に電信外務職で採用され、基地内への電報配達時に、誤って右側通行（逆走）をしてしまいMPさんに怒られた事が忘れられません。但し、英語で喋っているのを何と言っているかは分からないが、顔は怒っているのは分かりました。どこかに連れて行かれるのではないかと不安になりましたが、最後は笑って許してくれました。（許してくれたと思う）テレビ等で横田基地の映像が流れると当時のことが思い出されます。

高齢運転者標識（四つ葉のクローバーマーク）を表示する年代となり、交通ルールを守り今まで以上に安全運転に心がけて参ります。

◇ 渡部 進（東温市 H28年退）

2024・3・16(日)試合であたまをけがしました。いま少しかあるけがのようになりました。

もう少しすれば、はしれるようになると思っています。

はやくげんきになりたいです。

◇ 渡辺 隆司（今治市 H22年退）

全く詳しくはないのですが、お城を観るのが好きで旅行先で時間があつたらお城を観に行きます。

行ったらお城のパンフレットを持ち帰っていました。昨年「御城印」という登城記念の証票があることを初めて知りました。御朱印のお城版みたいなものです。

御城印の多くは印刷されたもので、城の名称や城主の家紋が印刷されており一枚300円程度で城内や観光協会などで販売しています。

お城によって特徴があり、同じ300円でもきれいな装飾がある所、お城の名前と家紋だけの所と色々ですが、いい記念・思い出になると思い集めることにしました。

昨年存在を知ったばかりなので、今まで訪問した山形城、会津若松城、彦根城、松江城、姫路城等々の有名所の御城印は持っています。

存在を知った昨年从今年にかけては若国城、萩城、広島城、熊本城、福山城、今治城、松代城の御城印を手にかけることができました。

山形、会津などのお城にはもう行くことはないかも知れませんが、再度行く機会があればぜひ手にしたいと思います。



《御城印（松代城）》



《御城印（今治城）》



《今治城》

今年は9月に大阪に行く予定なので、まず大阪城。それから四国の御城印で持っているのは今治城だけなので元気に歩けるうちに四国内の御城印を集めたいと思っています。



《松代城》



《御城印（福山城）》



《御城印（広島城）》

短歌

高知支部

紫陽花の丘

川上 理恵（四万十町）

梅雨晴れのみづ色の空広ごれる

紫陽花の花あまた咲く丘

世話されてこられし横田さんをらる

アンパンマンのやうな笑顔の

来てみれば紫陽花の丘は花盛り

金平糖の色取り見せて

去ぬる子ら

藤近 容子（黒潮町）

晴れた日の枇杷の枝先たわみつつ

その実は豊か地につかんとす

新芽なる柿の葉柔くみずみずし

その美しさを風が揺さぶる

子らの走る足音のせぬ夜となり

足音恋し去（い）にてしまし

物故者叙位叙勲

☆従六位 間 良照 様 (松山市)

R7.5.25逝去 89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)

井上 安弘 様 R7.3.7 79 松山市

渡辺 明廣 様 R7.3.17 85 松山市

大和ツヤ子 様 R7.3.21 92 松山市

神野 恒男 様 R7.5.31 92 新居浜市

高橋 正孝 様 R7.7.1 92 新居浜市

岡村 純雄 様 R7.7.2 87 松山市

徳永 健一 様 R7.7.9 92 西条市

渡部 幸子 様 R7.8.4 97 豊島区

鴨川 真人 様 R7.8.12 70 松山市

濱田 和信 様 R7.8.18 97 松山市

(香川県)

藤本 哲雄 様 R7.6.5 88 さぬき市

川原 政男 様 R7.6.14 102 三豊市

中野 二郎 様 R7.8.19 84 多度津町

(徳島県)

藤本 邦彦 様 R7.8.2 83 徳島市

(高知県)

市川 良子 様 R7.8.3 86 須崎市

表紙の言葉

秋も深まった中、岡山県の山あいにある「紅葉の名所」として有名な「奥津溪（おくつけい）」に写真仲間と初めて行きました。

評判どおりの真っ赤に燃え盛る紅葉に圧倒されながら、見所の大釣橋周辺を撮影散策していると、ガラス盤のテーブルがあり、そのガラス盤に真つ赤な紅葉が鏡の様に映し出されていました。欲張りなわたしは思わず前方の紅葉とガラス盤に映った紅葉を一枚に納めてしまいました。

(小西 輝光)

編集後記

今年も「敬老の日」に「長寿の方々へお元氣コール等で祝意を伝えました。

先日、知人から「県庁に『老人の日』というポスターが貼っている」という話を聞き、「敬老の日」では？と思って調べたところ、「敬

老の日」とは別に「老人の日」があるということを知りました。

「敬老の日」は国民の祝日に関する法律で定められた祝日で毎年9月の第3月曜日、かたや「老人の日」は老人福祉法によって定められた記念日で毎年9月15日です。

趣旨も微妙に異なり、「敬老の日」は『多年に亘り社会に尽くしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う』とされており、「老人の日」は『国民の間に広く老人の福祉についての関心と理解を深めるとともに、老人に対し自らの生活の向上に努める意欲を促す』とされています。県庁に「老人の日」のポスターが貼られていたのは、社会全体で高齢者福祉への理解や関心を高めるためだったのでしょう。

ちなみに「老人の日」が制定されたのは2002年だそうです。もう20年以上も前からある記念日を知らなかった事を少し恥じ入りました。

「敬老の日」や「老人の日」を通じて家族や社会全体で「長寿を敬うとともに、私たち高齢者の知識や経験を次世代に伝えたい」と思います。

四国電友会会報 第二一二号

発行 令和七年十月
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
(〇八九) 九三六・二〇二三
印刷 南海プリント株式会社

電友会の先輩方、 お知り合い・ご親戚のお店がありましたら ぜひ、私どもにご紹介ください。

広告通信社は、お店のPRや求人募集等、広告全般をご提案いたします。
ぜひ、ひと声おかけください。



代表取締役社長 宇山 賢



取締役営業本部長 若菜茂雄



第2営業部 部長 青野 望



基町事業部 部長 恩田隆司



基町事業部 担当部長 有田 勇



岡山支店 営業部長 藤原祐輔



四国支店 支店長 武田茂人



四国支店 担当部長 鳥井大城



総務経理部 部長 堀下武伯



総務経理部 担当部長 亀谷正敏

これまでの経験を活かし、

広告通信社で頑張っています。

これからもご指導よろしくお願いします。

業務紹介

アストラムライン本通駅サイネージ

このたび、自社媒体として、広島市中区「アストラムライン本通駅」改札近くにデジタルサイネージを設置して、広告販売中です。街のにぎわいづくりに貢献していきます。

●65インチモニター×15面 ●放映 6:00~24:00



NTT西日本グループ

広告通信社

問い合わせ先 [受付時間/平日9:00~17:30]

■四国支店 TEL(089)989-3663

■本社(広島) TEL(082)245-5588

■岡山支店 TEL(086)227-1166

■基町事業部 TEL(082)502-3505

■山口営業所 TEL(083)925-7622

懐かしい顔があれば、
お気軽にお電話ください

旅の準備



すてきな思い出



작/치리



まんねん

ゆっくりのんびり
おいしいものと
旅行が
大好き



せんねん
くん

まんねんくんの
親友
がんぱり屋
さん

ゆるい～ のんびり～
株式会社 み・の・り
亀さん旅行社

GOLF in Thai タイで最高の休日を



タイのゴルフを手配いたします

● 夢のようなゴルフコースの数々

変化に富んだコースと絵画のような景色の中でプレーするゴルフはまさに至福のひとつとき。

● 驚くべきコストパフォーマンス

日本や他の先進国と比較して、グリーンフィー、キャディーフィー、カートフィーが格段に安価。

● 至れり尽くせりのサービス

1名につきキャディー1名、カート1台とまさに王様ゴルフ。特別なキャディが付くゴルフ場も、、、

ゴルフ天国タイであなたのゴルフライフを次のレベルへ引き上げませんか？
宿泊や送迎の手配もお任せください。

まずはご相談ください

株式会社 み・の・り
亀さん旅行社

代表：形上 哲也 <総合旅行業務取扱管理者>

☎ : 089-909-3939

☎ : 090-8699-5275

✉ : minorim@minoriturtle.co.jp



お子さまの未来を守る

あなたによりそう
がん保険
ミライトキッズ

新登場!!

お子さま(お孫さま)の**未来**、
がんから**守る**準備はできていますか?

小児がんとは、15歳未満の子供がかかる悪性腫瘍のことで、
代表的なものには白血病や脳腫瘍、リンパ腫などが挙げられます。
1年間に**約2,000人**^{*1}が小児がんと診断されています。

^{*1} 国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」(全国がん登録)
「全国がん罹患データ(2016年～2020年)」

0歳～満18歳
まで
ご契約可能

月々**310円**^{*2}から備えられる
お子さまのがん保険

大切なお子さま(お孫さま)の保障と一緒に
ご自身のがんへの備えも検討しませんか?

お子さま(お孫さま)の保険だけのご契約はできません



^{*2} 上皮内新生物給付割合10%の場合 保険期間・保険料払込期間:23歳満期、男女共通 団体取扱 2025年5月現在
※ミライトキッズの更新後の保険料は、更新時の保障内容・年齢(23歳)によって決まるため、加入時の保険料とは異なります。

ご注意ください

ミライトキッズのみのご契約はできません。

契約者がアフラックの「がん保険(一部を除く)」を継続している場合、または「あなたによりそうがん保険 ミライト(あなたによりそうがん保険 ミライトキッズを除く)」を同一契約者で同時にご契約する場合にお申込みいただけます。

＼ もっと『ミライトキッズ』のことが聞きたい!! /

きららの
あんしん保険相談

空いた時間に都合のいい場所で

きららのあんしん保険相談の
お申込みはこちらから
キャンペーンコードは**0800**です



様々な疑問にお答えします。



気軽に
相談できて
いいね!

電話のみでの
ご相談もOK!

コンサルティング営業部

いいな

コンサル

【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)

☎0120-117-536

◎商品の詳細については「契約概要」等をご確認ください。また、既契約内容の詳細については「保険証券」「ご契約のしおり・約款」をご確認ください。

お問い合わせ先

<募集代理店>

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14階

カスタマーサポートセンター

☎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

〒163-0456 東京都新宿区西新宿2-1-1 新宿三井ビル20階
Tel.03-6374-1425 URL:https://www.aflac.co.jp/

AF277-2025-0137 5月21日(270521) 2025-015