



東北電友会会報

90号
令和4年
1月発行

90号 記念特別号

シリーズ 生き活きと
仲間と集う 明日も共に



写真提供 / 電友会 宮城支部

目次

ごあいさつ

・NTT 東日本 執行役員 宮城事業部長	1
・電友会東北 地方本部長	2
90号紙面賀詞交歓会コーナー	
・会員編	3
・賛助会社編	24
NTT グループ東北だより	29
震災コーナー	30

東北地方本部だより	32
各地区電友会だより	34
会員リレーコーナー	68
会友コーナー 文芸・随想	73
でんでんみちのく川柳コーナー	82
NTT 東日本から退職者の皆さまへ	83
編集後記	84

ごあいさつ

東日本電信電話株式会社
執行役員 宮城事業部長
宮城事業部 宮城支店長
(株)NTT東日本—東北 代表取締役社長

滝澤 正宏



謹んで新春のお慶びを申し上げます。
東北電友会の皆様には、日頃よりNTT東日本グループの事業に対し、格別のご支援ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染拡大により、1年延期となっていた「東京2020オリンピック・パラリンピック」が開催されました。NTTグループはワールドパートナーとして、音声・映像・データを高品質で伝送するネットワークを提供し、全世界の皆様へ安定した競技映像や音声を届けました。

また、東北でも宮城県、福島県を会場として競技が開催され「つなぐ使命」を原動力とし、社員はもとよりグループ各社、協力会社の皆様からご支援をいただき、無事大会を終えることができました。チーム東北の絆とパワーをあらためて強く感じたところでございます。

さて、近年は「新型コロナウイルスの世界的流行」「地震や台風といった自然災害の激甚化」などにより、将来の予測が困難な時代になってきました。こうした時こそNTTが持つ高品質なサービスや高い技術を社会の課題解決に役立て、更には地域の発展に貢献して行くことが私たちの使命と考え日々取り組んでいるところです。

コロナ禍の中、国内のデジタル化が進み、距離や場所にとらわれないリモートワークという新しい働き方も定着してきました。少子高齢化による労働人口の減少や首都圏に比べまだまだ公共交通機関が脆弱な東北にとっては、このデジタル化は地域を活性化し地方を元気にする大きなチャンスであると考えています。

例えば、農業分野ではデジタル化により病害虫の発生予測や温度管理、鳥獣害対策など生産者の方々に悩ませ続けてきた課題の克服や、スポーツ分野で

はデータ解析技術を提供する企業と連携し、デジタル技術と最先端のスポーツ科学を融合させることにより、選手の競技力向上・ケガ防止等に寄与する新たなデータ解析モデルの実証実験を開始いたしました。将来、東北の地から多くのトップアスリートが生まれ、日本のみならず世界で活躍し東北へ活力を与えてくれることを期待しているところです。

その他、昨年は例年各地域で開催していただきましたOB・OG交流会を見送り、皆様へのご挨拶と取組みのご報告の場として、「YouTube」による動画配信を行いました。東北の各支店長のメッセージや各支店の取組みなどを映像で配信し、多くの方々にご覧いただきました。引き続き皆様はNTT東日本の「IoT（アイオーティ）」やデジタル技術に触れていただく機会を創り出せるよう、今後も様々な新しい取り組みにチャレンジし、東北の抱えている地域課題の解決に貢献してまいります。

また、物心両面からご支援いただいている「東北マックス」ですが、昨年は新型コロナウイルスの影響により、集合形式の練習などが制限されました。十分な練習を行えない状況の中、ベースボールクラブは、クラブチームの最高峰であるクラブ選手権東北大会を見事勝ち抜き10回目の全国大会出場を果たしました。バドミントンクラブは、全日本実業団東北大会 11連覇を達成、今年2月より熊本・東京を会場に開催されるS/Jリーグにおいて上位進出を目指し日々練習に励んでおります。

引き続き皆様のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

最後になりますが、東北電友会の益々のご発展、東北電友会の皆様のご健康、ご多幸を祈念し、新年の挨拶とさせていただきます。

ごあいさつ

電友会 東北地方本部長
宮城支部長

高石 茂



明けましておめでとうございます。
会員の皆様には穏やかに新しい年を迎えられたことと思えます。

また、NTT東日本宮城事業部様、賛助会各社様には、日頃より多大な御支援を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、一昨年から猛威を振るってきた新型コロナウイルスも、ここにかけてどうか下火となり少し安堵しているところです。

こうした中、地方本部会報は今回で90号となりました。年2回の発行ですから、45年を迎えることとなります。この間の諸先輩が果たされた電友会継続へのご努力に思いを致し改めて感謝と敬意を表したいと思います。

この90号という長寿を記念し特集号を組み、東北各地から沢山の仲間が登場していただきました。退職以来、疎遠となっていた方などが本会報で元気な姿を確認され、再交流の機会になっていただければ嬉しいと思えます。

また、事務局や会員有志のご尽力で地方本部ホームページのリニューアルを行っていただきました。これらも活用されながら、各地域での活動紹介やサークル・文化活動等の促進に役立てていただければと思います。

当会の活動の柱の一つとして「会員の生きがい支援」を挙げていますが、その心は「活動の場の提供」

であります。自らが発信・活動する場を提供し、それを通じて共に喜び合い、更には交流が深まる、そういう電友会活動が進められれば有難いことです。

会員自身が楽しんで活動し、それが生きがいのひとつになり、その活動が続くことが電友会の継続に繋がっていけば誠に嬉しい限りです。どうぞ皆様にはこの組織も活用し、自分の楽しみを見つけていただければと思います。

電友会は、今年もそういった方々を微力ながら応援していきます。

新型コロナウイルスによって、仕事や暮らしが大きく変わってしまいました。また、これからはコロナを前提に生きていくこととなります。油断せず、感染防止の基本に立ち返り実践しつつ、自分の暮らしを心豊かに楽しみのあるものに戻していきたいと思えます。

コロナに負けず、今年こそは笑顔でお会いできることを楽しみにしています。



HAPPY NEW YEAR

90号

紙面賀詞交歓会コーナー

年2回の会報発行で早45年！90号となりました。

90という卒寿の節目を迎えた会報です。

危険なウィルス感染に振り回されて、皆様にお会いする機会も随分減ってしまい
淋しい思いをしている方も多いのではないのでしょうか？

今回は、多くの会員同士が紙面上で賀詞交歓のような交流ができれば・・・

との思いで特集を組みました。お忙しい中ご投稿くださった皆様に
心から御礼申し上げます。良い年であります様に！！

90号賀詞交歓会

会員編

外出の機会が減り今までとは違う生活環境の中、健康と要介護の中間にあるフレイルの状態になる心配があるお年頃の私たち・・・でも投稿された皆様は趣味や特技、健康法により、上手にウィズコロナの日々を送っています。クスツと笑える楽しい投稿や、そうだろうだ！と納得できる投稿もあり・・・「コロナ禍におけるフレイルの恐れ」などに陥る心配はないと思います。皆様が心弾む年になりますように・・・。

宮城支部

昔の仕事とSDGs

五ツ橋クラブ

石川 幸男(78歳)

電友会の皆様、あけましておめでとうございます。昨年は、「コロナ」に明け暮れた1年でした。加齢とともに、最近のことは忘れても、昔のことが妙に思い出されます。交換動作が目に見えたA型交換機の保守、交換紐取替工事に翻走した5号市外台の保守等々。コロナ禍とともに、地球温暖化の記事が紙面を賑わせています。SDGs（持続可能な開発目標）が国連で採択されて7年目を迎える



アメリカ製のA型交換機と入局時の私

ます。今年は、自分なりに考えてその17項目（市民社会パートナーシップ）に協力したいと思えます。

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

eeco



紙面賀詞交換会に寄せて

五ッ橋クラブ
岩松 正樹(68歳)

45年前の第1号発行当時、私は入社6年目でしたが、平成21年に退職し、13年が過ぎました。現在は週5日仕事をしておりますが、新型コロナウイルス禍で出勤とりモートワークで勤務し、休日もほぼ外出を自粛の日々ですが元気に頑張っております。今年こそコロナ感染が終息し、穏やかに過ごせますようお願いしております。最後にこれまで発行に携われた皆様に感謝申し上げますとともに、電友会のご発展と会員皆様のご多幸をお祈り致します。

近況報告

五ッ橋クラブ
大槻 三男(68歳)

NTT埼玉支店を最後に、生まれ育った宮城県にUターン。そして現在の勤務先であるTTKにお世話になって早12年、健康で働ける事に感謝しつつ今日も安全運

で作業現場へ。

プライベートでは、繰返すコロナの波で東京の長男家族も帰省がままならず、夫婦で約束した、年に1度の旅行も自粛状態。今度こそはと願いつつ以前の状況に戻るのを楽しみに、夫婦で家庭菜園や2代目愛犬「ケン」との散歩で健康維持に努める毎日です。

山登りの虜

五ッ橋クラブ
小笠原正夫(66歳)

あけましておめでとうございませう。一昨年から、40年ぶりに実家の山形に戻りましたが、五ッ橋山の会に入会したくて電友会の所属は宮城五ッ橋クラブのままにさせていただきます。65歳で始めた山登りの虜になっていきます。山の会で基本を教わりながら、ソロでも泉ヶ岳、蔵王、月山など日帰りで行ける山を楽しんでいます。今年も、仲間と一緒に自然と触れ合いながら、健康な身体作りに努めていこうと思います。家もりフォームしたので是非山形に遊び

に来てください!

新年を迎えて

五ッ橋クラブ
鎌田 善也(78歳)

今年も新年を迎えることができました。現在78歳、80歳まであと2年。これまで大きな病気もせず、健康に恵まれたのは親から貰った丈夫な体で、親に感謝の気持ちと家族からの思いやりのために今日が有ると思います。これ等全て、親と家族への感謝の気持ちで新年を迎えられたことです。

こんな立派な事を言ったら、あの世からお迎えが来ないように心がけます。

無事是好日

五ッ橋クラブ
菅野 義勝(74歳)

諸兄・同輩、お元気で過ごしのことと推察します。小生、無為徒食8年、気が付けば後期高齢直前になりましたが、この間、大きな病を得ることもなく、毎日何と

か過ごしております。体調維持のための週3回のスポーツクラブ通

いも8年が経ち、だんだん通うのが億劫になってきていますが、行つて動いてしまえば心身ともに結構すつきりするので、このまま続けるつもりです。音楽、数学、歴史、哲学、断捨離、e.t.c. 思うことは多々ありますが、まずは「無事これ好日」を旨として、安ワインの晩酌を楽しんでいます。状況が好転して、皆様とお会いし歓談できる日が早く来ることを願っております。

川柳作り

五ッ橋クラブ
北村 俊幸(68歳)

先輩・後輩各位、新型コロナ3年目の春は如何お過ごしでしょうか。私は週休7日の生活で町内会活動等を楽しみながら楽しく過ごしています。一昨年の4月に新型コロナウイルスの『安倍のマスク』を揶揄した川柳(税金でマスク二枚はちがうんじゃねえ)を某地方新聞に投稿したところ、図らずも掲載され

そのまま調子に乗って投稿が続いています。これからも世の中の変化を捉えながら、滑稽と皮肉を塩梅よく織り交ぜた楽しい川柳作りが頭張りたいたいと思います。皆様もお元気で！

歴史探訪



五ッ橋クラブ
木村 康弘(77歳)

私は歴史が大好き、維新史中心の探訪が趣味です。八戸や会津地方の維新史に欠かせない所や土方歳三を巡る旅もしました。毎日の散歩道には2代藩主伊達忠宗公、4代藩主綱村公にも仕えた伊達家の知恵袋であり陽明学系儒学者の「内藤以貫」の標識もみつけました。私の住む住吉台にも歴史があるはず、と思い近隣の歴史探訪をしたところ、自宅から徒歩30分の所に根白石城の城跡を見つけ、いつ頃に誰が、何の為に…と興味は拡大。城の土台に表示板があり、伊達政宗の祖母(裁松院)の墓地が此処にありました。この場所は吉岡宿の近隣にあり、最上地方の

防御のための城か？映画「殿利息でござる」の吉岡宿には歴史に詳しい観光案内の方がいるので訪ねて調べてみたいと思っています。

マスクをはずして歩きたい…



五ッ橋クラブ
國井 俊男(77歳)

新型コロナウイルス騒動でフリーキップによる気ままなひとり旅もままならず、たまり気味のストレスで血圧安定と体重の維持に苦慮しています。解消策として、1町歩ほどある近所の公園で草刈、雑草取りやひとり歩こう会で宮城県農業高校、県立がんセンター周辺を徘徊しています。

人がいなければマスクを外し、来れば慌てて着用する繰り返しに四苦八苦の日々ですが、気分がスッキリし適度な疲労感が魅力で今のところ3日坊主にならず踏ん張っています。



自分らしく生きる



五ッ橋クラブ
久保市 稔(77歳)

昨年喜寿を迎え、人生100年時代の3/4を経過、既に第4コーナーに突入した。

仕事から離れ身軽になって「孤独」と「退屈」の老いのストレスに直面し、かねてから考えていた「終活」として断捨離を試みたが本腰が入らず、日々柔軟に行動ができる野菜づくりに興味を持ち、共に生きその恵みを食する単純な自給自足の生活を送っている。

また、進みつつある加齢や老化は、敵としてとらえず「あつて当たり前」日常的に特段気にしないように「気の持ちよう」だけでなく生活環境や嗜好まで柔軟に変化させることで、人生の終盤をより実りあるものにできるのではないかと考えている。少しづつ身軽にせめて心と頭だけは健康で、誰も知り得ない最期まで穏やかに走り続けていきたい。

元気に過ごしていきたい



五ッ橋クラブ
小山 利之(78歳)

退職時にいただいた記念品の腕時計は3年に1度の電池交換で20数年経った現在も正確に時を刻んでおります。在職時より地域のN T Tの先輩に誘われ(半分は強制的に)町内会の役員になり町内会長、連合町内会長等12年間もやることになり、その間にはごみ集積所問題で提訴され、被告として簡易裁判所、地方裁判所、高等裁判所と約4年間取組み、解決をみたところで町内会長等役員を退任しました。若いときは骨折、アキレス腱断裂等ケガが多かったが高齢になり高血圧、がん、狭心症と成人病とつき合いながら元気に過ごしております。今後も腕時計のように心身両面にエネルギーを補給し、元気に過ごしてまいりたいと思っております。



近況報告



五ッ橋クラブ
嵯峨 研二(66歳)

皆さんお元気ですか？私は現在大和電設工業の安全センターに勤務し、在宅で電話工事の各作業映像を確認し、大和グループの仲間が加害者又は被害者にならないように見守る仕事をさせてもらっています。今までは趣味という趣味をもっていないかったのですが、以前より時間的余裕ができましたので、これから継続できる趣味を探し、妻と一緒に明るく元気で素直に、そして楽しく過ごしていこうと思っています。

ラズベリー・パイ再挑戦!?

(食べ物ではありませんよ...)



五ッ橋クラブ
関谷 俊雄(73歳)

新年おめでとうございます。すっかりご無沙汰しております。幸いコロナにも罹らず、健康で過ごしております。

巣ごもり状態で家にいる時間が

多いのだから、と挫折して放置していたラズベリー・パイを引っ張り出し、再度勉強していますが全く続きません。プログラムはアタマの老化もさることながら、根気の衰えが最大の障害だと改めて気付かされている昨今です。

エネルギーは満タン!



五ッ橋クラブ
只野 佳代子
(年齢/ヒミツです)

お祭り同好会の只野です。私は今年の3月でN.T.Tを卒業し、五ッ橋クラブのお手伝いも出来るようになります。

私は交換手からスタートし東北テレマ・企業営業の仕事をしました。すべてお客様と接する仕事です。私は営業が大好きなんです。昔も今も沢山大変なこともありましたが全て良い思い出ばかり。仕事で大変な時は若妻会の仲間と、すずめ踊り、よさこいの仲間が気分転換を助けてくれました。だからいつもプラス思考です。

お祭りは私のライフワークです。長い間続けさせてくれた会社、仲

間、家族に感謝しています。これからもサポートをしていきます。卒業して沢山で使える時間を自分探しと家族のために使いたいと思います。まだまだエネルギーは沢山あります。やる気スイッチはいつもONです。

最近の私



五ッ橋クラブ
千葉 茂(67歳)

最近、高齢の母が一人にいる山形県尾花沢市の実家と仙台を毎週、往復しています。いくつかの持病を抱えながらも元気ですが、仕方なくやっていると、実家の畑作業と冬の雪掻きのお蔭でしょうか。ただ、春の山菜(よもぎの新芽、タラの芽、こしあぶらなど)は採る楽しみと食べる楽しみが相まって妻共々まわっています。

コロナによる行動制限で大いに狂った人生設計ですが、今年あたりから各地へ見聞を広める旅が再開できることを願っています。

運転免許証の返納



五ッ橋クラブ
千葉 信雄(90歳)

昨年、私は運転免許証を返納しました。「老いて起す悲劇は、老いたからではなく、まだ若いと思いつみにある」との話を耳にしたことがあります。最近、私自身も身体に機能の変化を感じる様になりました。それで、車検時の機会をとらえ、運転免許センターで自主返納しました。すごく簡単に処理され、運転経歴証明書というものを発行されました。確かに、無免許になりますと、不便さと寂しさを感じてはいますが、今は自分の足で歩く散歩を楽しんでいます。

ジंकクスどおり...?



五ッ橋クラブ
富樫 瞭(78歳)

私の唯一の趣味はアマチュア無線(ハム)です。開局して60年になります。幸いコロナ感染の心配が全く無いので、現在も全国の

仲間や海外局との交信を楽しんでいます。

無線と言えば、この世界に妙なジンクスがあります。「電波を多量に浴びると女の子が生まれる」というものです。無線中継所やラジオ送信所にも同様の噂があると聞きます。私には2人の子供がいまますが確かに2人とも女性です。しかも、それぞれに子供（私の孫）が3人いますが全て女性です。私の弟もハムが趣味ですが、2人の子供は女性です。

我が家に娘や孫たちが集まった時は大変。正に女性の天下です。でも「じじ・ばば」と叫びながら



無線機器の前で…

孫たちがやって来るのを楽しみにしている毎日です。

元気で日々を過ごしたい

五ッ橋クラブ
長濱屋彪次(83歳)

コロナで明け暮れた1年でしたが、老いの念を感じつつも元気にまた新しい年を迎えることができました。小生長命を望んで撰生して来た訳ではありませんが、大病を患うこともなく今日まで元気に過ごせたと思っています。自宅裏手にある畑での野菜作りと、月に数回ラウンドするゴルフが健康療法のようなものです。野菜作りは思いの外体力を使うし収穫の喜びは一人。ゴルフは相変わらずの腕で、同伴者の倍は走り廻っているが、これが却って体力の維持に役立っているのかも知れません。心身共に劣る一方ですが、できるだけストレスを抱えることなく、また周辺の人々に気を遣わせることのないような生き方を心掛け、元気に過ごしたいと思っています。

病にかからない日々を過ごす

五ッ橋クラブ
西成田 拓(81歳)

皆様明けましておめでとう御座います。今年の抱負は「新型コロナウイルスを含めた病」に掛からないことが目標です。現況は、夫婦共に健在です。退職後に、太極拳の「段」・「級」の取得を目指す一方、全国選手権大会への出場と、頑張ってきました。この趣味を活かし、震災を機に地域の皆様に「太極拳教室」を開き健康増進に努めています。今、こうして振り返って見ますと、唯一これが、私たちの健康法に繋がっている感じがします。皆様の益々のご健康を祈念して失礼致します。

変革を自らに課す…?

五ッ橋クラブ
藤島 晃(66歳)

NTTは新たな経営スタイルへの変革を目指し、DXやリモートワークを推進すること。また働く場所を選択することで単身赴

任や転勤をなくすとともに、2025年までには紙の使用量を原則ゼロにすることも目標に掲げた。まさかトイレの紙は例外だろうがDXといえば仙台長町を連想するようなオジサンとしては、若い令和の後輩達にアフターコロナ時代に負けないようにとのエールを送り続けたいものである。

ちなみに、NTTの変革に対抗して今年は寅年につき芝野虎丸のような囲碁とタイガーウッズのようなゴルフへの変革を自らに課すこととしたい。

退職後の私

五ッ橋クラブ
古澤 孝(68歳)

サラリーマンを卒業して早々に脊椎管狭窄症を発症し、10mを歩くのもしんどく処方薬、リハビリ、整体と約1年間通院していました。ある時、元同僚が薬で良くなったことを聞き、30年来の友人のドクターに相談し同様の薬を処方していただいたところ、1ヶ月程度でほとんど痛みが消えました。その



ドクターから、うちの社会福祉法人で求人関係の仕事を手伝ってほしいとの依頼がありました。仕事は求人関係と付随する広告、HPリニューアル・更新、パンフ作成等、これまで経験した業務に通じることもあり、2021年1月から週2日程度で引き受けましたが年数の経過とともに社会変化が顕著で浦島太郎状態、日々刺激を受けながら過ごしています。今年は減量に挑戦し健康第一で！

いつまでも健やかに



五ッ橋クラブ
柳沢 忠夫(70歳)

昨年古希を迎え、気力・体力・知力の衰えを少しずつ感じるようになった。さらに、新型コロナウイルスにより行動が制限され巣籠もり状態である。今年こそはなんの制限も受けず自由に行動ができ、多くの仲間と楽しく会話ができる場を沢山作れたらいいなと思っているし、そうあってほしいと心から願っている。いつまでも心も体も健やかに、いきいきと過ごす

め、日頃から自分に合った健康づくりに取り組み今年もがんばります。

電友会の益々の御発展をお祈り申し上げます。

健康麻雀



五ッ橋クラブ
山口 一栄(74歳)

この頃漸くコロナ感染者が減り収束しつつありますが、緊急事態宣言や蔓延防止重点措置の発令でずっと自粛生活をしておりました。

コロナ前は週3回、健康麻雀をコミュニティセンターや市民センター等で、12時から16時頃まで、30人位のメンバーで楽しんでおりました。健康麻雀は、かけない、吸わない、飲まない、を基本にすることになっております。私はその他に、宮城県段位審査会に4年前に入会し、月1回の大会に参加して令和2年には7段を頂きました。麻雀は、認知症の予防にもなり地域の方々との交流・親睦を深めることもできるため、皆様におすすりめ致します。早く元の日常に戻

て、思いつき笑い合いながら麻雀がしたいです。

私の近況

五ッ橋クラブ
山口 光一(63歳)

電友会会報90号の発行、おめでとうございます。昨年6月末に会社人生に終止符を打ち、以降、新型コロナウイルスの感染予防対策による行動制限もあり、自宅にて過ごす時間が長い毎日となっておりますが、昨年11月より今までの経験知を活かした新たな仕事場を紹介いただき、少しでも貢献で



プライベートゴルフ中

できればという思いで奮闘しております。withコロナは、まだまだ続くものと思われませんが、皆様方におかれましてもお元気で活躍されますようご祈念申し上げます。

気持ちは若く



五ッ橋クラブ
山田 博史(70歳)

東北電友会会報発行45周年、90号発行おめでとございます。ちようどその数年前(昭和47年)電電公社に入社し、東北管内では石巻を皮切りに五橋、福島、盛岡、榴ヶ岡などの各地域で、非常に思い深い人生を送らせていただいた私も、昨年暮れに古希を迎えました。とは申せ、気持ちとしては「万年55!」と強く意識しながら、会社勤め(NTT五橋ビルで建設業関連の経管)をしつつ、休みには松島の自宅近くで家庭菜園に熱中しています。これまで、多くの方々にお世話になり感謝の気持ちでいっぱいです。

コロナ下での生活



五ッ橋クラブ
結城 澄雄(71歳)

新型コロナウイルスの感染収束が不透明な状態で新しい年を迎えることになり、引き続き対策を取りながら生活する1年になるうかと思えます。これを新たな生活文化と捉え、第6波を発生させない生活をしようと思えます。こんな情勢だからこそ「体力維持に努め、明るく、焦らず、根気よく前を向いて暮らす」を心がけ、日常は趣味のバラの育成に勤しみながら、頃合いを見て延期していた仲間との国内旅行や四季折々の登山、そしてご無沙汰している友人との懇親会開催を励みに自分自身と家族、また周囲の大切な方々を守りながら、健やかな日々を過ごして行きたいと思っております。

私の楽しみ

五ッ橋クラブ

吉田 勝子(77歳)

また新しい年が来しました。今年

も元気で楽しい毎日が過ごせるよう心がけていきたいと思えます。

70歳の時に右股関節の手術を受け、きついリハビリを頑張って杖なしで歩けるようになり、正座も出来てます。楽しみは、古布のリメイクで、教えて下さる先生との出会があり、祖母や母が残した着物をほどこいて洗ってアイロンがけして単着やワイドパンツなど、そして浴衣からはバジヤマ上下等チクチク縫いやミシン掛けで完成させて自己満足しながら楽しい時間を過ごしています。

家庭では長男夫婦と同居です。孫達の成長が楽しみです。年金支給日を楽しみに、身の丈に合った生活を送っています。

最近の私



五ッ橋クラブ
渡邊 久男(69歳)

平成20年にNTTを卒業し、TK、資材リコム(旧東北通産)、700MHzテレビ受信対策事務所でお世話になり、現在は地元長町の会社(ミライト協力会社)で

月10日間働いております。

今はコロナ禍で遠出するのも気が引けますので、時間があれば部屋の中で自転車トレーニングを行っています。10年前の自分と比べて変わったことは、酒量が激減したこと、タバコが加熱式タバコになったこと、病院での健康診断が増えたことです。

2020年末に初孫が誕生しましたので、孫の成長を楽しみに頑張ってきたと思っています。



室内トレーニング中

スキーがだいすき



仙南OB会
大竹 亨(80歳)

仙南エリア内には、七ヶ宿、白石、澄川、えぼし、セントメリーと宮城を代表するスキー場が連なっており、仕事での関わりも多か

った。冬場想定の話線の改修、

電話応待者講習、臨時公衆電話の設置など、仲間と工夫をこらした楽しい思い出がある。退職後に始めた趣味のスキーは、その原点にもなっている。今は夏ゲレンデもあり、夏冬通してスキーを楽しんでいる。もちろん仙南エリアのスキー場が主である事は言うまでもない。

小さな幸せ



仙南OB会
佐藤 友子(76歳)

退職するまでお世話になっていた町内会に微力ながらお手伝いしたいと民生委員を引き受け、15年間続けてきましたが、2年前役目を終えました。今の私の楽しみは四季折々に美しい花を咲かせてくれる小さな庭。健康とストレス解消にと週2回のプール通い。孫と遊んだり、手芸をしたり、本当にささやかですが自分なりに楽しんでおります。コロナが落ち着き、グラウンドゴルフやお茶飲みが早くできる様に干支を作りなが

ら、今年が良い年になる事を願っています。



仙南OB会
高橋タキ子(67歳)

令和2年3月退職、勤続46年7ヶ月。思い出のひとつに東北マークス野球クラブの西武ドームでの応援です。1回戦が午前中から前日の夜に貸切バスで仙台を出発、途中休憩をとり朝8時頃西武ドーム到着。「頑張れマークス!!」と元気な声援。点数が入ると「万岁」と皆で大喜び。ハプニングも沢山あったけれど今では只々懐かしい。楽しく勤める事ができ周りの方々に感謝です。コロナが終息したら元同僚の皆さんと会いたいです。



石巻電友会
梶谷浩一郎(65歳)

近況報告をさせて頂きます。親の介護も手を離れ、現役当時から

明けましておめでとうございます

行っていた果樹栽培や養蜂に現在もハマっており、ブルーベリー・梅・蜂蜜などを直売店で販売しております。新たにイチジクをライオンナップに加えたく、一昨年から試行栽培を行っているところです。また、地域行政の仕事や害獣(鹿)捕獲サポーター隊の活動、新たに始めた楽器(EWI)の練習など、飽くことのない毎日を送っております。



石巻電友会
金子 啓子(69歳)

流れのままに

2001年に退職。これから何をしようか模索していた頃、区長から区の会計をしてくれないかと声がかかり会計を数年した後、次は民生・児童委員として地区のために働いて欲しいと言われ、引き受ける事となった。最初は何も解らずに先輩方に教えていただく事が多かったが経験を重ねる毎に気負わずに自分なりの活動が出来るようになり、やり甲斐も覚えてきた。震災後、私たちの生活が一変

立ち直りつつあった環境も、新型コロナウイルスの影響でまた不安な生活へと。ただ、震災時と違って人との関わり方、会話や会食も激変した。身体は老いて行くばかり、でも気持ちは程々若者?もともとずっと楽しみたい人生。これからどうなる!せめてマスクの下は口角を上げて笑顔でいたいものだ。

近況報告



石巻電友会
櫻井 孝義(75歳)

東日本大震災で被災し、九死に一生を得てから11年になろうとしておりますが、昨年後期高齢者に仲間入りしました。現在、防災集団移転地の野蒜ヶ丘に住んでおり自治会を立ち上げ軌道に乗ったので、2年半経過した一昨年、若い方にバトンタッチしました。

最近、健康維持とボケ防止それに生きがいの一環として、震災前から行っていたツーリングを楽しんでいます。退職後再び始めたリターンライダーです。長く楽しむためには体力、筋力が必要な

で、手にバーベルを短い足には昔履いていた登山靴で、毎日1時間前後ウォーキングを行っています。飲酒は週3日、そのためか今のところ頭の他は悪いところが無く、すこぶる健康で元気です。継続のご褒美と確信しており、今年も実行あるのみです。

明るく・楽しく・元気よく、

そして笑顔が1番



大崎クラブ
小岩欽治郎(69歳)

今から17年前、古川ジュニアソフトテニスクラブが誕生。コーチとして頑張っています。教える時に心掛けていることは、自分の経験を交えながら、難しい専門用語は使わない、自分が膝を着き同じ目線で話すことです。初めてラケットを握る子供達、教えている途中で急にラケットを振られ、顔面殴打、手首殴打などアクシデントは多々ありました。が、中学生、高校生になって活躍している話を聞くと嬉しくなります。



後列コーチ、左から2人目の黄色帽子が私（小岩）です。

最近の自分

栗原クラブ
狩野みはる(83歳)

月日のたつのは早いもので、退職してから35年になりました。なぜか年をとったら、前向き思考がなくなり、くやしいです。今は自分の健康を重点に、食事、運動にと力を入れています。歩けや、畑仕事、又、若い人達とのパークゴルフ、そして友との電話（声を出さず）、若返りのひとつになればと動いています。もちろん病院とも

仲よくしています。1番の望みは、早くコロナが治まって、昔習った踊りで施設訪問等ができたらと思っています。

KYが大切

栗原クラブ
平津 敬司(80歳)

新年おめでとうございます。令和3年10月で80歳になりました。59歳脳出血・78歳加齢黄斑変性・79歳心臓にペースメーカー植え込み等、加齢による体力減退中。しかし、日常生活は何とか元気に過ごしています。

趣味は、昔、軟式テニス、今は絵手紙を始めて13年、今も毎週2時間程教室に通っている。また、いきいき学園の仲間と絵手紙の会を開き月2度練習会をしている。健康のため隣接している畑30坪ばかりを借りて、家庭菜園（全て手作業）。梅雨時・暑い時は、雑草に負けて草ぼうぼう。今日やることがある、今日行く所がある、ということが大切で、それが出来て、何とか元気に過ごしています。

早くコロナが収束することを祈ります。

※K：今日 ※Y：やることがある、行くところがある

福島支部

鍼灸師からの提言

福島地区電友会
菊田 義美(67歳)

50歳で退職、鍼灸師の国家資格を取得し「菊田はりきゅう院」を開院13年、延2万人を治療しました。肩こり・腰痛をはじめ、自律神経から美容まで多岐に渡り、やりがいの日々です。コロナの拡大で、ストレスによる体調不良を訴える患者さんが増加しています。免疫力を維持することが大事ですので、疲労や痛みを溜めず、頭と身体を程々使い続けましょう。



地元神社の宮司です

福島地区電友会
佐々木 功(67歳)

新年おめでとうございます。退職後、地元神社の宮司を務めており、皆様がこの会報をご覧になる頃は、新年の厄払いの御祈祷で大忙しです。苦しい時の神頼みで合格祈願や恋愛成就等様々な願い。想いが神様に届けられます。今は新型コロナウイルス禍で電友会活動もままならず、早い終息を毎日祈っています。神社は不思議な所で参拝すると心が晴れ晴れます。皆様もお近くの神社に是非どうぞ。

活動再開を祈って

福島地区電友会
鈴木 敏和(70歳)

新年おめでとうございます。新型コロナウイルス禍で電友会活動もサークル活動は屋内のものはないかなままなりません。地球環境保護活動の一環としての食用廃油の回収活動やNTT無人交換所の除草作業等地道な電友会活動を



展開しています。今年こそは皆で集まって笑顔と笑い声の有る活動が出来ることが祈っています。

むかし、昔そして今



電友吾妻会
伊藤 邦子(80歳)

約30年前の年頭にテレビの街頭インタビューで年男女等が抱負を述べていた。そこに年間100冊本を読む決意を見た。さて私はどうか?その時から記録を始めて約30年。最初は年間100冊に2、3冊足りなかった。今は時間が有り余るのに50冊にならない。目標でも競争でもないが何か残念。昨年2月の地震で本棚は倒れ本は滅茶苦茶、とりあえず並べ変えた。それが新鮮に見えて読み直した。5、6年前に既に読んでいた記録があるが、新鮮に感じる。これは歳を重ね何かが変わったのか、それとも読み切れない自分か。新たな気分でこれもまた面白い。



私と電友会との出会い



電電原町退職者の会
岡本 清義(76歳)

昭和58年、原町電報電話局総務課勤務厚生係長の時に電友会発足に向けて退職者との窓口業務を担当していました。打合せを何度も重ね、昭和59年4月1日電電原町退職者の会が誕生しました。数年後、総務課長として定期総会、懇親会に招待され参加。その後も勤務先の各電友会にも参加してまいりました。

平成18年退職と同時に電電原町退職者の会に入会し班長を務め、現在は会長として会員の福祉の充実と、健康で心豊かな明るい生活が一層深まるよう力を合わせ、親睦と交流を中心に取り組んでおります。

この2年間、コロナ禍による自粛等で諸活動が減少しましたが、ワクチン接種も2回目を終了する等、活動再開に向けてより一層頑張っていきたいと思っております。

菊に魅せられて



電電相馬クラブ
伊藤 邦夫(71歳)

4年前に知人から3本仕立ての菊の苗を頂き、見よう見まねで育てた結果、大輪の花が咲く様になり、それから非常に興味が沸き菊造りの奥深さを知る様になりました。今では大輪菊20鉢、懸崖菊7鉢他、多種多用の菊造りに挑戦。4月挿し芽から始まり10月中旬から11月上旬の開花を目指し約1年間菊造りの日々を過ごしております。菊花展巡りでは天童、二本松、大河原等に足を運びその都度学ん



庭の菊に囲まれて

でおります。菊と言えば皇室の御紋。花言葉は「高貴」「高潔」「高尚」と、ここから由来しているそうです。コロナ禍でイベント等は自粛中ですが今後とも花言葉に相応しい高貴な菊造りに励みたいと思います。

新年を迎えて



白河地区電友会
今泉 庄平(74歳)

新年おめでとうございます。昨年は新型コロナウイルスの影響により生活様式が一変し、会員の皆様との親睦を深める事もままならず大変な年となりました。今年こそ穏やかな年となることを期待し「花の絆」を中心に各種活動も積極的に開催しながら会員相互の親睦を図ってまいりたいと考えております。皆様方のお力添えをよろしくお願い申し上げます。



電友会に入会して



白河地区電友会
小沢 玲子(74歳)

電友会の方から「会員になりませんか」と誘いがあり、なんとなく入会しました。「花の絆」「麵々同好会」等のサークルがあり、「麵々同好会」の「うどん打ち」に参加しました。うどん打ちは簡単に終わると思っていたらこれが大変。粉を混ぜるところから始まり、その粉をビニール袋に入れ足踏みで5分位踏むことを5回繰り返します。私はこれが一番大変でした。それを延して包丁で細くして出来あがりです。私は家に持ち帰り「冷たいうどんと煮込みうどん」で美味しく食べました。自分で麵を作るって、こんなに楽しいと新たな発見でした。これからも積極的に



初めての「うどん打ち」

サークルに参加したいと思います。

我慢の先には：



会津電友会
兼子 修一(69歳)

会員の皆様には、コロナ禍において自分と人の命を守るため、不要不急の外出を控え、感染防止のため、サークル活動も含め各種行事の中止にご理解とご協力をいただき誠にありがとうございます。今年こそコロナ感染が早く終息することを祈念し、2年間自粛してきたサークル活動「フラダンス」および「健康吹き矢」サークルを開催し、各種行事を盛り上げて行きたいと思えます。コロナ感染終息後は、各種行事において本格的な用具を準備して「健康吹き矢」体験を企画いたしますので、楽しみにお待ちください。

賀詞交歓



会津電友会
高橋 賢作(69歳)

2020年1月に、国内初のコロ

ナ感染者が発生して丁度2年。東京オリンピック開催時の頃は、連日感染者数が過去最多の報道で災害クラスの状況でした。会員の平均年齢は79歳、コロナ禍において会員相互活動の会合等は非常にリスクが高く、命と健康を守るため全ての活動を中止とし我慢を続け励まし合った2年間でした。現在は治療薬の開発及びワクチン接種が進んでおり、今年は活動開始の兆しも見えているような気がしますが、感染防止対策に気を緩めることなく、早く元の生活に戻り、皆さんに会える日を楽しみにコロナ終息を待ちたいと思います。どうか皆さんも今しばらくの間、ステイホームで頑張って頂きたいと思えます。どうぞ、お体を大切にご自愛ください。

私の健康法



いわき電友会
加藤 勝彦(75歳)

高齢者はフレイルに陥り易いと言われております。心と体の不安感を極力小さくすることが大切

で、グラウンド・ゴルフを楽しむことによって、人と接する機会や体を動かす機会を増やし、心の活性化を図っております。また、がむしゃらに体に負荷をかけ筋力と肺活を鍛えることを意識して1日13000歩のウォーキングも実践しております。「継続は力なり」今年も頑張りますぞ！一日の締め酒がうまい！これが一番。

思いを一字で



いわき電友会
佐藤 健(86歳)

あけましてお目出とうございませう。年頭にあたり、私の思いを漢字一文字に託してみました。昨年は「断」の年でした。新型コロナにより会議、旅行等のコミュニケーションを伴う行事は殆ど出来なくなり人々は断絶を余儀なくされてしまいました。人との交流がいかに大切であるかを改めて思い知った年でありました。そして今年の私の希望を託す漢字は「復」です。失われてしまったコミュニケーションが復活し、以前の生活



に戻れるよう願っている次第です。

岩手支部

近況報告



盛岡電友会
白井 一平(65歳)

退職後通建会社に再就職し9年4カ月、令和3年7月満65歳の誕生日で定年退職。同時に45年余りのサラリーマン生活にもピリオド。リタイアし日が浅いこともあり、会社人生から解放されマイペースでまったり過ごせる生活を今のところ満喫。これまではなかなかできなかつた住居の整理や衣類など不要品の処分を行いながら、運動不足解消と健康維持のため、日々スポーツジムに通い「いい汗」をかいている今日この頃です。

ライフワーク



盛岡電友会
下川原幸子(75歳)

退職してまもない頃にデジタル

録音図書製作者養成講座を受講し以来、視覚に障害のある人たちが読める本づくりに携わってきました。目の不自由な人にとって書店に並んだ活字の本は読むことができませぬ。点字、あるいは朗読した音声を書くこととなります。

「デジタル録音図書」というのは朗読した音声にパソコンでペー지를付け、利便性を高めた図書です。コロナ禍の下でもライフワークとして私の生活の一部となり、近隣の里山逍遙と併せて、日常を彩っています。

しなやかに生きるために



盛岡電友会
塚 健一(78歳)

毎日患者の「生と死」を見つめてきた医師の「普通に生きてるだけで奇跡そのもの」との文書を見ました。私も70歳を過ぎてすぐに3回の入院・手術をし、ゴルフはもとよりウォーキングも出来ず、このままだと筋力低下による「サルコペニア」で将来「寝たきり」になる心配があり、1日おきに「筋

トレ」を15分程度(スクワット、腹筋、腕立て等)をし、空いてる日はウォーキング……

「一日無事生きると、今日が生きた新記録」を合言葉にしなやかに生きたいです。

悪戦苦闘



盛岡電友会
村上 公一(72歳)

山間部に開かれた空間、それが私の自由なフィールド「田圃」です。雪解けから木々が芽吹き、沢水を引いた田には「あかはら」夏は蝉の声、紅葉と年中通して鳥やカモシカと様々な動物と同居しています。10年程前から日本鹿の来客です。おとぎ話のバンビと同じく可愛く見えるのですが、収穫時期近くになると数頭群れて頻繁に現れます。柵やネット等で対処しているものの敵はこちらの弱い所を探し忍び込んで来ます。その都度補強等悪戦苦闘している日々です。

ちよつと愚痴りたい



花巻電友会
齊藤 力夫(77歳)

電電記念日に開催されているOB・OG会はかつては地域ごとに集まり、和やかに親睦を深めていきましたが、岩手では令和元年から商圏で実施することになりました。地域ごとの開催では「会計処理や来賓者の派遣の煩わしさから」と聞いております。しかし、地域性を置き去りにして一括りにされますと、今まで培ってきた親睦や絆の持続が希薄になるのでは?と危惧しております。なぜならば、顔見知りだからこそ集まれるのであって、OB会といえども見知らぬ人との集まりは難しく、参加しても孤独を感じます。このままですとローカル電友会の参加者がいなくなります。これでいいのかなあ。



無理せず楽しく生きましよう



花巻電友会
高橋 孝子(76歳)

現在夫婦2人の生活、築60年の我が家の子供たちに迷惑かけない様、片付けることが今年の目標です。(大部分は、私の物ですが)

退職後から、先輩に進められてグランドゴルフと踊りを20年余り続けてきました。これからも自分の体と相談?しながら仲良く、無理せず現状維持出来るよう続けていきたいと思えます。仲間たちとの交流は楽しく、感謝しています。喜寿を迎える今年、同級生と集まれる事が出来ますように…。

現在



宮古地区電友会
沼崎 敦子(75歳)

夫の政治活動を支えるために早期退職して20年が経過。この間、姑、義姉の介護、東日本大震災等々、振り返れば多難な日々でした。気が付けば何時の間にか後期高齢者の仲間入りです。

退職後に関わった婦人会活動(漁協女性部、防火クラブ、交通安全母の会等)の役職もようやく退任しました。現在は、千葉に住む3才の孫の成長を願い、また退職後に始めた趣味の茶道(裏千家)を楽しんでいます。

百日紅(さるすべり)



宮古地区電友会
八木 善政(72歳)

満開の百日紅の花を見ながら、リハビリ施設でのひとこまを報告する妻。「子供の大学、孫の高校」の話を経度和なく聞かす人がいる。しきりに聞いてくるので『私の孫は〇〇高よ』と話したら、その後「は言わなくなった」と笑って言った。それを聞いた百日紅も笑って花びらを降った。車椅子の妻との夏の終わりの縁側にての語りごと。

今 想うこと



釜石地区電友会
佐々木シゲ子(84歳)

“鉄と魚の街・釜石”として復

興へ歩み始めていた昭和31年の春、公社運用課の第一期生として、社会人生活をスタートさせました。高校卒業時、先生方から言われた“ヘコタレルナヨ”のエールに励まされ乍ら最繁忙時という言葉が飛び交う活気溢れる交換室で喜々として働きました。

公社から株式会社へという流れの中で通信事業という進歩が止まらない企業の下真中を、辛苦を共に分かち合い乍ら、私達と歩いて下さった皆様。今、一種の感慨をもって思い出すのです。有難うございました。現在、心安らぐ事のない新型コロナ禍や自然災害…。終わりのない現象が続いています。皆様どうか“ヘコタレス”に今後とも会報でお元氣な声をお聞かせ下さい。

あの人は 今?



釜石地区電友会
佐々木宏子(81歳)

57年程前のことである。縁付かない私を心配した親戚がある人と会うことを設定してくれた。今で

いうファミレスのような場所だった。自己紹介をしてコーヒーを頼んだ。その人は先にシユガーポットから自分のカップに2杯入れ、私に「何杯ですか?」と聞いてくれたのであるがスプーンを持つ手がそのたび震えて黒いテーブルに白いグラニュー糖が広がってゆく。あの時の私のカップにどれくらいの砂糖が入ったのだろうか…。字が書ける位こぼれていた。結婚までは至らなかったが、あの人は今頃どうしているのかなあと、時々思い出している。(縁付かなくなった私は、その後同級生と結婚♡)

人生の大きな宝



おおふなと電友会
及川 彌(78歳)

東日本大震災から10年、前の家より小さな家であるが、夢であった家も建て震災前の生活を思い出しながら、日々を大切にしている。震災後、直ぐに八戸の手倉森石男氏より手紙を貰った。畳半分くらいの日々来るを待つ、君が希望は我



遠野地区電友会
及川 裕允(78歳)

現役を退いたなら自由奔放な生き方を夢見ていましたが考えた様

自分らしく生きる

いつの間にか今年が70代最後になってしまいました。今年の目標としてのひとつは、ゴルフではアプローチとパットを改善して、70台のスコアで回りたい、2つ目として、健康のために始めたスポーツウエルネス吹矢で3段の取得を目指したい。勿論「がた」がまだした体をだましましたしながらです。



おおふなと電友会
大坂 英機(79歳)

今年が最後の70代

が願ひなり」毛筆で書いた短歌が入っていた、気持ち沈んでいた時のことであり、泣き泣き何度も読んだ。人生の先輩に出会う事は人生の大きな宝と。しみじみ思っている。



遠野地区電友会
田代 明子(80歳)

思い出は走馬灯の如く

には行かず我ながらその浅はかさ加減に忸怩たる思いです。コロナ禍により巣籠り状態で惣菜の買い物に出掛けるのが関の山。その先で自営業の知人に会い経営が容易で無い事を聞く度に何か出来る事は無いのかと鬱鬱としてしまします。自粛下の経済が長引けば年金と危惧しています。それでも自分らしく生きる事を思い日々過ごしています。

新型コロナウイルス：の言葉を1日も耳にしない日がないと思っ

ています。今年が良い年になる様にと祈る新年です。退職後はあれもこれとも思っていたが電友会事務局を24年勤め令和2年地方本部長賞を頂き感謝しております。当会を代表して私が？と思う時、皆さんの支えの温かさのおかげ、沿岸ブロック4地区の皆さんのお顔、



水沢地区電友会の会
佐々木福雄(88歳)

私のOB30余年

楽しかったあの日あの時…。思い出は走馬灯の如く。「副作用のないお薬は笑顔」と言った人の言葉を思い出しその薬を服用し、メンテナンしながら出来ることをし皆さんとの絆も大切に1日を大事に普通に暮せることを願うコロナの収束を祈るのみです。

「パソコン」の語も耳新しい頃に

NTTを退職。電気通信の知識と資格が役立ち、移动通信や光ファイバーの関連各社、最後は地元のテレビ会社でインターネット事業に携わりました。リタイア後は市の各種システム構築に向けた実証実験参加やシニアネットクラブのIT普及活動等、社会貢献の機会を頂きました。米寿を超える今年も手元のパソコンで「ゆめ探し・フシギ探し」をと思っています。



水沢地区電友会の会
高橋 告男(71歳)

四国遍路徒歩の旅

2年前、4月、11月の2回で四国88カ寺を回ってきました。友人夫婦と私達夫婦の4人、各々の車で道の駅に泊まり徳島へ行きまし。先に1台の車をその日最終予定の寺に置き、始めの寺に車で戻り、予定の寺まで歩いて参拝し、お風呂に入り、夕食、朝食、昼食を調達して、道の駅で泊まる生活をしました。途中の難所は男は歩き、女は車で移動という参拝もしました。前期22日間、後期18日間、歩いた距離は1215kmでした。1日平均30kmを連続して長期間歩けた事に感謝し、自信にもつながりました。次はみちのく潮風トレイルの完歩を目指したいと思います。



いちのせき電友会
阿部 廣子(83歳)

コロナ禍での結婚披露宴

外孫(女の子)の結婚披露宴出

席のため、家族4人で東京へ。新幹線に乗りして3人席が全て空席でビックリ！下車後タクシーであつという間に会場に到着（420円に又びっくり）娘家族に迎えられる式場へ。キリスト教徒ではないのにアーメンと讃美歌、自然に涙が出るのは皆同じ。披露宴会場にびっくり、大きなホールで大きなテーブルがアクリル板で仕切られ家族との会話もままならず、1人で食している感じ、隣とのテーブルも2m以上離れているので笑顔で頭を下げるだけ。全部コロナ禍のせいですね。ホヤホヤの夫婦テーブルに挨拶に「ニッコリ、しあわせに、コロナ吹き飛ばせ」吹っ飛んだところで会場より徒歩で八重洲口へ、待合室もガラガラ、帰りの新幹線も3人席は空席、気が付いたらお腹も空いていました。

我が家の薪ストーブライフ



いちのせき電友会
菅原 祐三(68歳)

薪ストーブを使い始めて8年目、楽しく経済的に使うには自前での

薪作りが欠かせません。春先に知人等から原木の収集に協力をいただき、時にはチェーンソーを持って山に入る事もあります。集めた原木は薪割機を使い薪にし、棚へ重ねて乾燥させます。冬にはグリル等を使ったストーブ料理の定番となり、薪ストーブを囲みおうち時間を楽しんでいきます。ガラス越しの炎に癒され、心身とも温まります。今年も健康で薪作りができる1年にしたいと思います。

正夢



北上電友会
浅野 勝雄(76歳)

新年早々手前みその話で恐縮です。昨年のある日、2日前に見た夢が現実となったのです。それは週2回のグランドゴルフを和気あいあいと楽しんでいた中、第3ラウンドが始まり、1ホール2ホール3ホールともホールインワンを連発し、ダイヤモンド賞に輝いたのです。当然腕ではなくそのとき神々しい事が起きたんだろう…と。否、神無月なのに神々しいとはお

かしい、やはり腕かな、それは有得ない。いずれにしても「無価の宝」と思い楽しんでます。

シーハイル(スキー万歳)



北上電友会
石崎 武(77歳)

リタイア後も大きな病気やケガもせず、昨年元気で喜寿を迎えました。中学から始めたスキーに今も夢中になっております。電電時代の仲間5人と県内外のスキー場を滑り、東北支社時代の仲間とも年1回は蔵王などで滑り、年間80日位滑っております。地元の夏油高原スキー場には楽ちんな無料シャトルバスで通い、90歳を超えた常連さんや沢山の高齢スキーヤーとの交流を楽しんでおります。冬は正にスキー天国真っ只中です♪

青森支部

電友会事務局への思い



青森地区電友会
太田 勇吉(69歳)

ひよんなことから、昨年の役員改選の時期に声をかけられ、事務局の仕事を引き受けました。そのご縁で県内会員様の日常生活等情報を伺う機会に恵まれました。「何もやっていないよ」と言う会員を探っていくと、明らかに目標を持ちながら地域のボランティア活動をやっていたり…。そんな皆様に当方大いに励まされました。なにより皆様の元氣な声が印象的でした。事務局は地味なことの積み重ねが多い仕事ですが、自身を奮起して皆様との出会いを大切に努めていきたいと感じるこの頃です。

健康の薬



弘前地区電友会
伊藤 金造(80歳)

満80才の私。いたって健康的に



頑張っ行って行きたいと思えます。

囲碁に魅せられて



霞城クラブ
齋藤 司(92歳)

囲碁は、4千年も以前から、多くの人々を楽しませて来たと言われている。東大寺の正倉院宝物の中に、奈良・平安時代の物といわれる、象嵌づくりの碁盤があり、宮中などで囲碁を楽しんでいた証だと伝えられています。日本が最も乱れていた戦国時代も、織田信長や徳川家康などの武将たちの中でも、囲碁を打ち楽しんでいいたと言われており、明治時代になつては、伊藤博文も囲碁を愛したことで有名です。昔から囲碁が大好きな人が多くいたということです。

囲碁は陣取り合戦です、ルールは簡単で、3才児から楽しむことが出来ると言われています。併し非常に奥深いのも囲碁です。囲碁がいやになったという人は、おそらくいないと思います。私達はこれからも囲碁を通じて多くの人と

接し、楽しく心豊かな人生を送りたいものです。

新年に思う



霞城クラブ
鈴木 哲(75歳)

霞城クラブの役員を務めていますので、新年を迎えての1番の願いは、何と言っても新型コロナウイルス感染が早く収束して、会の活動が普通に行うことができるようになることです。私自身としての願いは、昨年後期高齢者となりましたが、趣味でやっている野菜作りと会の仲間と楽しんでいるゴルフをあと10年続けることです。そのために週に3日程度のスポーツジム通い、毎朝のテレビ体操と筋トレ(腕立て伏せ、腹筋、スクワット)を続けて、体力の維持に努めていきたいと思っています。

新年の抱負



霞城クラブ
堀米 拓(69歳)

コロナ禍でパークゴルフ愛好会

の活動も制限された1年でした。会の運営にあたり会則とは別に私的に活動理念として、

- 1つ『会員の健康維持と増進』
- 2つ『会員相互の交流を活発に』
- 3つ『技術の向上』

この3本柱を基本理念に会を運営してきました。今年はコロナも下火になり制限も緩和されるでしょうから、遠征を活発に行い、より一層の親睦を図って行きたいと思っています。

小さな努力が重なって…



霞城クラブ
渡辺比佐子(78歳)

昨年はコロナ禍でパッチワーク布紗の例会は大幅に回数を減らし7回の実施となりましたが、昨秋は「第5回OB芸術作品展」が開催され、30点あまりを出品。目標に向かって自宅での「針ワーク」にも精を出して会員一人ひとりの努力が実りました。

今年で11年、会員の高齢化もありますが、若返りを図り、脳活、健康維持の為に楽しい計画が実

行できるような世の中の状況に戻ることを期待しながら日々の小さな努力を続けています。

麻雀新春大会成功を祈って



霞城クラブ
渡辺 盛正(77歳)

コロナ感染者爆発的拡大により我がサークル活動麻雀を楽しむ会も休眠、感染防止策の徹底と自粛生活に追い込まれた不運な(大事な)2年間でした。第5波の感染者も大幅に減少、開催に向け監視期間を設け、開催時は10項目の防止策を掲げ「新春大会」を検討しています。新年には仲間が集い和气藹々開催されていることを祈念している所です。

卓球で健康維持



村山クラブ
奥山よね子(80歳)

卓球との出会いは、先輩OBの自宅卓球道場を訪問し先輩の好意で卓球を始めたことでした。ところがコロナ禍で道場が閉鎖になり



財政均等が課題



村山クラブ
森谷 俊昭(78歳)

現在は村山市民体育館で毎週木曜日、健康維持をモットーにプレーしています。なんと最高年齢は85歳。若い人に負けじとボールを追う姿はその年齢に見えません。卓球は、足腰の筋肉を強くし、立位バランスを高め、知的機能を活発に使うと言われています。また、ストレス解消、血流の促進、免疫力の向上になります。これからも楽しみながらプレーを続けたいと思っています。

電友会と退職者の会の組織は「N T T村山OB会」として一本で活動しています。経費は折半です。問題は両組織の繰越金に大差がつくことなので、電友会の会員拡大が必須です。特に、今年度は財政均等という重要課題もあり、コロナ感染拡大防止対策の真ん中でしたが、役員の理解の下、会員の理解を得る為に一堂に会しての総会を実施しました。4年度の総会は

2年振りに酒を酌み交わせる位にコロナの収束を心から願っています。

今年寅年



上山電友会
佐藤 一弥(69歳)

2022年は「寅年」です。「壬寅」は「陽気をはらみ春の胎動を助く」とあるようです。冬が厳しいほど春の芽吹きは生命力に溢れ、華々しく生まれる年になることのようにです。私たちもコロナに負けず、体力を維持しつつ、工夫して電友会活動を推し進めて参りましょう！

上山では昨年、元気の出る取り組みや、いも煮会をOBピザ屋さんのところで行いました。本年も



10年ぶりに誕生した孫と一緒にくつろいでいるところです。

どうぞよろしくお願い致します。

自己の治癒力を高めよ

電友会さくらんぼ
阿部 正幸(72歳)

国内での新型コロナウイルスによる感染症が確認されて約2年になろうとしております。このような感染症の歴史は古く、約1200年前の奈良時代には、天然痘の流行により、人口の約30%約200万人近くの死亡が発生したという記録が残されているそうです。大仏建造や国分寺建立などの神仏に祈るしかない時代ですから、人間が生まれながら身につけている「自己の治癒力」に賭けるしかありません。人間は、この「自己の治癒力」によって、幾度となく病魔の攻勢に打ち勝つことができたようですが、当時における「自己の治癒力」は今日に比べかなり高く、文明の発展とともに退化してきたようです。医学の進歩は今後も大いに期待されますが、一方で「自己の治癒力」を高める努力もとても大切と考えてお

ります。仲間と楽しい時間を過ごすことや適度な運動は特に重要で「電友会」や「退職者の会」は、先輩が残してくれた貴重な宝物だと思っております。



仲間と楽しく過ごす時間が大切

新年の抱負



電友会さくらんぼ
鹿間 文蔵(74歳)

明けましておめでとうございませう。PG愛好会会長を引き継いでからの2年はコロナ禍により、総会や各種事業も中止や縮小を余儀なくされ、交流活動もままならず厳しい年が続きました。昨年後半

にはワクチンの2回接種や新たな生活様式を徹底するなど明るさが見えてきた年でしたが、「健康で安心でき、楽しく仲間づくり」の質量とも課題が残りました。会員相互の協議による仲間づくりと勝率向上に、知恵と工夫を出して事業を進めていきたいと思えます。

サークルを立上げて



酒田電友会
白瀬 豊(66歳)

ゴルフ愛好会「砂防林」を立上げて約5年。初回は10名でスタート。2回目以降は6〜8名がやっとのコンペでした。地元酒田の河川敷にある18ホールのゴルフ場を利用し、殆ど2組のコンペを実施していました。会員も少し増え、登録人数は15名ですが、コンペへの参加となるとそれぞれ都合が重なり、11名弱でプレー。1度だけ15名となり、ゴルフ場から奨励金を貰いました。

奨励金は、サークルをゴルフ場に届け出て、月1回以上の定例コンペを12名以上で実施すると、1

人3000円のキャッシュバックがされるといふものです。奨励金は個人には返さず、貧乏サークルの運営資金に組み入れています。毎回12名を超えるといいいのですが、中々難しい状況です。会員は毎年歳を重ねていきますが、ゴルフを通じて健康を維持し、いつまでも続けたいと思っています。

新年への思い



酒田電友会
高橋 直之(76歳)

新型コロナウイルスによる感染が世界中に広がり、2年近くの間、経済が鈍化するとともに、私生活にも多大な影響を及ぼしている状況は、過去の記憶にありません。どの地域の電友会組織も同じとは思いますが、コロナが収束せずとも、重篤な症状への恐怖がなく、流行の風邪程度に落ち着けば、離れている親族との行き来も出来、趣味を通じた会員同士の対面による親睦も図りたいと期待しているところでありませぬ。総会も開けず、ボランティア活動も出来ず、団体

での酒飲みも出来ない状況にはウンザリです。政府の新たな体制でコロナ収束対策を最優先して欲しいと願っている毎日です。

小さな組織のいいところ



鶴岡電友会
松田 喜一(76歳)

平成13年に発足した当会も20年、会員16名でのスタートでした。会員の高齢化と会員の新規加入不足に悩みながらもなんとか維持している状況です。現在会員18名の小さな組織ですがその灯を何とか守っている所です。

小さな組織である為か、家庭的な雰囲気があり、活動も会員の畑を借用した菜園作りや収穫した枝豆等を使つての懇親会、近隣の史跡巡りにランドゴルフ大会、正月の門松作り、新酒祭等々結構楽しんでおります。



ウイズコロナで活動再開



電友会おいたま
後藤 安夫(73歳)

一昨年、昨年とコロナ禍で計画通りの活動ができませんでしたがサークル活動では一部サークルを除き、感染対策を実施したうえで活動を続けることができました。今年はウイズコロナの中で会員の皆様の健康に留意しながら、退職者の会、N.T.Tおいたまシニア倶楽部と連携を強化し、他地区との交流活動再開を含め、より踏み込んだ活動を展開、実践して参ります。

パークゴルフ愛好会復活します！



電友会おいたま
鈴木 幹司(80歳)

新年を迎え、停滞した活動の復活を期します！パークゴルフ愛好会はこの2年間、コロナ禍で企画通りの活動が実践できませんでした。特に長年実施してきた県外遠征、他地区電友会との交流会などなど。昨年は新会員の加入もあり



過去20年に及ぶ活動の歴史を是非復活させ、健康増進・絆構築に向け、細心の注意を払いながら実のある活動を展開してまいります。

秋田支部

「また明日」に励まされ



千秋クラブ
植野のり子(71歳)

退職後、健康のためにひとりでも手軽にできる「歩く事」を始めようと、近くの川べり1km往復散歩を決めました。が、意思が弱く、休む口実を思いつくようになり、雨が降りそうだから、暑いから、寒いから……。言い訳は次々に思い浮かびます。嫌々歩いていた所、高校時代の同級生に対面。しばし立ち話。相手は友人が一緒で「ひとりでは挫折するから一緒に歩いている」とのこと。私は、ひと足早いスタートだったので先に失礼すると、私の背中に「また明日!」と声をかけてくれました。その声に励まされ、土手の春

は満開の桜を眺めながら散歩。

来年はみられるか? 「大曲の花火」



千秋クラブ
進藤 正志(65歳)

110年余りの歴史を持つ大曲の花火。東日本大震災の年にも開かれたこの花火大会がコロナ禍で2年連続延期に。退職で大仙に戻り、気持ちも新たに地元の花火を楽しみたいと思っていたところに、ウイズコロナで花火の楽しみ方にも変化があるかも知れませんが、やはり花火は会場で音と光を肌で感じながら見るのが一番、今年こそは無事に打上げてくれたらと願っています。会員の皆様にもファンが多いと思います。期待しましょう。

傘寿の心得



千秋クラブ
辰 正祥(80歳)

昨年8月傘寿を迎えました。人の世は山坂多い旅の道、傘寿の歳にお迎えが来たら「なんのなんの

まだ役に立つ」と言って断りなさいと教えられます。今少し人様のお役に立ちたいと決意しており、健康維持のため民謡と詩吟で腹式呼吸を取り入れ、腹の底からの発声を心掛け、歌い、吟じておられます。好きこそもの上手なれが身につきますよう100歳超えを目指して一日一日を大切に歩んでまいります。

私の健康法



千秋クラブ
柴田 幸雄(77歳)

野菜作りは土に触れ、汗をかき、日々姿を変える植物の成長を知り、新鮮な味を楽しむ事に大きな魅力を感じている。早朝から体を動かしている人と犬と散歩する人やジョギングする人等、それぞれの健康維持に努めている人達に出会う。早起きし新鮮な空気を吸い、身体を動かし、お腹がすいたら自宅に帰るのが日課となっている。体を動かし過ぎると疲れて自分の限界が分からなくなり、最近回復するまで時間がかかるようになった

が、晩酌の時間は忘れず実に旨い。

市民菜園から始まり今では近所の空き地で土作り・病害虫の防ぎ方・苗作り・野菜の栽培ポイント等を友人・先輩から指導されているが、失敗の連続。自然を相手に毎日汗をかいている。冬はシルバの会員であり、早朝近所の雪寄せを手伝っている。これが私の健康法の一部である。

齢だなあ



秋田県北地区電友会
戸松 憲三(76歳)

謹賀新年。皆様お元気で過ごしてでしょうか。新型コロナウイルス感染症が1日も早く収束し、新年が明るく・楽しい年になり、皆様と1日も早く交流が出来る日を楽しみにして居ります。

私は「終活」という言葉、あまり好きではありません。家族や地域、電友会の皆さんに何かしら役に立てるうちは、体力も知恵も出し惜しみせずに気張って行こうと思います。そして逝くときはポツクリと。昨年9月に胃と大腸の内

視鏡検査で苦しい思いをしながら
ポリプを切除してもまだ死にた
くないんだね。齢だなぁ。でも
もうチョット気張ってみようか！

私の令和3年



秋田県南地区電友会
遠藤セイ子(79歳)

連日「横手の大雪」が報道され
ていた昨年1月中旬に膝の手術を
し、16日で退院、毎日快適に過
していました。ところが3月末に
感染症になり即入院と言われ24時
間点滴を3週間続けてやっと熱も
下がり、リハビリに入りましたが
歩ける状態ではなかったのです。

それでも何とか4月末に退院出
来ました。山と有った雪も消え、
桜も散り暖かい季節になっていま
した。自分の不注意で家族には迷
惑をかけた最悪の令和3年でした。
今年、身体に気をつけて、楽
しい1年にしたいと思います。



日々感謝



秋田県南地区電友会
大関 文雄(79歳)

約2年にも及ぶコロナ禍の中、
皆様お元気で過ごしてでしょうか。
私は食事でも美味しく、適度に動け
ることに日々感謝してそれなりに
元気に過ごしております。「何も
しないと、何も始まらない」「思っ
た時が行動する時」を心掛け、何
事にも前向きに日々を大事に暮ら
しております。長男は神奈川、娘
は北海道と実家を離れ、自宅に残
るは後期高齢を迎えた2人だけ。
お互い、老々介護や施設入居等ま
では「好きな事」「やらなければな
らない事」を補い支え合いながら
この先の人生を心身共にそれなり
に健康で穏やかに暮らせればと
願って居ります。会員の皆様まだ
まだ寒さが続きますので、ご自愛
下さい。



昔の思い出



秋田県南地区電友会
籠山 武志(73歳)

古希を過ぎた今、NTT時代を
懐かしみ記憶をたどってみたが、
お酒のお付き合いと、脂汗と冷や
汗の思い出がほとんど。本当にお
酒に付き合ってくださった先輩、
同僚、後輩の皆さんにこの機会に
お礼と感謝を申し上げます。有難
うございました。

50歳を過ぎてからは500歳野
球や散歩でいい汗をかこうと気持
ちは前向きですが、周りからはた
だ美味しい晩酌をやりたいただけ、
と言われ続けています。また皆さ
んと一献を傾ける機会があればと
思うこの頃です。



賛助 会社編

NTT東日本―東北様、賛助会社様からもご投稿をいただきました。
 コロナ禍の下、企業が抱える困難な課題に、工夫を凝らして立ち向かい、社会に寄与する姿にNTTグループのOB・OGの皆さんも誇らしさを感じるのではないのでしょうか。お忙しい中ご投稿いただき有難うございました。

地域社会への貢献

(株)NTT東日本―東北

「二人一人のチャレンジで、築こう！Next東北」をスローガンに東北の地域社会が抱える課題をNTTの技術とサービスで解決するための様々な取り組みを行っています。

例えば一次産業（農林水産業）では、活用した鳥獣害対策、作物の温度管理、病害虫の発生予測をAIやIoTによる課題解決を行い、少子高齢化、労働力不足といった地域課題にも貢献しています。この他にも、観光やエネルギーなど幅広い分野の地域社会の課題解決に貢献してきました。

今後NTTグループ、協力会社、関係会社の仲間と一緒に東北の地域活性化へチャレンジしていきます。

(株)NTTファシリティーズ
東北支店

はたらくを、変える

新年おめでとうございます。NTTファシリティーズ東北支店の俵健児です。

新型コロナウイルスの感染拡大を契機に若手社員の皆さんを中心に『ワークスタイル改革』に取り組んでおります。改革の一環として、NTT東日本宮城事業部様ご支援の下、フリーアドレス化と感染対策で生産性向上と安心安全の

両立を目指し、五橋第2ビルの7階から10階のオフィス環境を整備しました。この整備したオフィスが『第34回日経ニューオフィス推進賞』を東北ニューオフィス推進賞を受賞しておりますので、是非ご覧になって頂きたいと思っております。今年もNTTグループ東北に貢献できますよう取組んで参ります。どうぞよろしくお願いいたします。



9階 執業スペース
フリーアドレス化+感染対策で生産性向上と安心安全を両立

10階 インバージョンフィールド
自由なワークスタイルを実現

主眼ワークスタイルの改革はたらくを、かえる

- 1 固定席の廃止（フリーアドレス化）により創出した、多様なワークシーン
- 2 社内NW無線化、ノートPC・タブレット配備で、いつでもどこでも働けるICT環境
- 3 位置情報センシングシステムを活用した密集アラートや
- 4 罹患者発生時に即座に使用エリアを区切る簡易区画など、総合的な感染対策

(株)NTTネクシア東北支店

ウィズコロナでの働き方改革

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

この2年、新型コロナウイルス感染拡大の影響により外出や移動の制限、「新しい生活様式」への適応が求められ、私たちの行動様式は一変し、かつて経験したことのない甚大な影響を受けました。

私たちネクシア社においてもアフターコロナを期待しつつ、ウィズコロナで働き方やビジネスモデルを変革しながら、当社の強みであるコンタクトセンター業務を中心に各自治体様のワクチン接種予約業務の支援などを実施してきたところでもあります。

企業としてDXへの対応が求められる中、リモートワーク環境下での働き方改革を実践し、これからもお客様の役に立てる企業を目指し取り組んで参ります。

新型コロナウイルス感染について、まだまだ予断を許さない状況下にあります。会員の皆様のご健勝とご多幸をお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

NTT都市開発(株)東北支店

東北の街づくりに貢献

東北の街づくりに貢献すること
を目標に、第1弾プロジェクトで
ある旧中電ビルの再開発に取組ん
でいます。

新ビルでは、次世代の新しい働
き方ができる環境を提供できるよ
う、NTT各社と連携し取組んで
います。併せて、コロナに負けな
い快適なオフィス環境も提供でき
るよう努めて参ります。

(株)NTTアド東北支店

お客様の

マーケティング展開に貢献

NTTアドグループはNTTグ
ループの広告系ハウスエージェン
シーとして、これまで、イベント
のデジタル化、SNS・動画やメ
ディアと位置情報を掛け合わせた
ICT×街づくりマーケティング
への取組みなど、新たなビジネス
を通じて、事業構造の転換にチャ

レンジしてまいりました。

今後もNTTグループが目指す
DXや高齢者向けeスポーツの
推進、スマートワールドの実現に
向け、従来のリアル広告、イベン
トで培ったノウハウと、新たなデ
ジタル分野での知見を最大限活用
して、より迅速かつ大胆なチャレ
ンジのもと、お客さまのマーケ
ティング展開に貢献していきたく
と考えています。

NTT・TCリース(株)
東北支店

東北の経済を元気にしたい!

電友会会員の皆様、賛助会社の
皆様、明けておめでとうござ
います。皆様、お元気でいらっし
やいますでしょうか?

新型コロナウイルスの影響で、
もう2年も皆様にお会いすること
ができず大変寂しい気持ちで一
杯です。

我々NTT・TCリース(株)
東北支店総勢30名は、全員元気に
仙台を拠点として東北6県を飛び
回っています(緊急事態宣言時は

自粛していましたが…)これから
も微力ではございますが、少しで
も東北の経済がもつともっと元気
になるようリース(設備導入)を
通じて貢献できるよう頑張ってま
いります。今年もどうぞ宜しくお
願いします。

皆さん、がんばっぺ!!

NTTレンタル・エンジニアリング(株)
東北営業所

従業員の健康と

作業現場の安全の為に

新型コロナウイルスの脅威は、
経済や社会に大きな影響を及ぼし
今後の社会システムにも変革をも
たらそうとしています。

このような情勢の中、各企業は
働く人々の健康や安全管理が重要
な課題として、益々注目されるこ
とが想定されます。

弊社では、現場の「健康と安全」
をテーマに、装着したウェアラ
ブル端末で測定した脈拍から従業員
等の健康を見守る「REC, sG
AJUMARU」と、Webカメ
ラを用いて作業現場の安全を遠隔

で見守る「どこでもme」REC
C」、2つのクラウドサービスを
開始しました。

まだスタートしたばかりのサー
ビスですが、多くのお客様の「健
康と安全」にお役立ていただけ
れば幸いです。

(株)NTTドコモ東北支社
(株)ドコモCS東北

ICT技術で社会貢献

ドコモ東北グループでは、「安
心と幸せに満ちた、活力ある「S
mart Comfortable
東北」の創造」を事業運営方針に
掲げ、東北の持つ伝統・文化を大
切にしながら、最先端のICT技
術を組み合わせた新たなデジタ
ル・ビジネスモデルをパートナー
の皆さまとつくりあげ、東北全体
の経済・社会の発展に貢献してい
きます。

さらに、東北地域を次世代型の
持続的成長可能な先進的エリアに
することでお客さまとパートナ
ーの皆さまを笑顔にできるよう取
組んで参ります。

テルウエル東日本(株) 東北支店

こんな時には、

こんな時こそ力になりたい!!

電友会の皆様におかれましては日頃より弊社の事業に対し格別のご支援・ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

この2年弱、新型コロナウイルスという目に見えない敵との闘いが続き、従来の生活様式も一変し、同僚・友人と懇親することさえ制限を受けるような期間を経験してきました。また、ここ数年、これまで経験したことが無いような自然災害も発生しておりますが、このような不測の事態が発生した時にこそ、NTTグループ各社の連携による対処はもとより、「テルウエルがいてくれて良かった」と言っていただけけるよう、全社員一丸となって誠心誠意対応させていただきます。引き続きのご指導ご鞭撻の程、よろしくお願い致します。

きらら保険サービス(株) 東北営業支店

お客様の願いをカタチにします

NTTグループ・OBの皆様には、日頃から弊社の活動にご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

弊社は平成13年7月にNTTグループ社員の福利厚生充実を図る観点から設立された「NTTグループ総合保険代理店」の位置づけとなっております。

企業理念は、「大切なものを守りたい。私たちはそんなお客様の願いをカタチにします」を掲げています。この理念を貫き、これからも電友会会員の皆様、NTTグループ社員皆様の安心・安全に少しでもお手伝いできるように取り組んでまいりますので、ご指導よろしくお願いいたします。

※昨年4月に着任した支店長の本田雅人と申します。私は、平成23年にNTT東日本を退職し、さらに保険に入社しましたが、今でもグループ会社、関連会社の社員10名程度により「NTTグループ

駅伝」のボランティアを頑張っています。

ニューイヤー駅伝にも挑戦しておりますので皆様の応援をよろしくお願いいたします。



2020.11.3 東日本実業団駅伝大会 予選会 (ニューイヤー駅伝)
2列目右端が私(本田)です。

(株)TTK

地域と共に!! TTKグループ

当社は、TTKグループ総合力の結集により豊かな地域社会の構築と企業価値の向上等に取り組みしております。昨年4月、東北各県に本社を置き、地域に根差した情

報通信エンジニアリング事業を展開するグループ会社の社名を

「(株)TTKエンジ〇〇(県名)」に変更し、グループの協業及び地域社会の発展への貢献をこれまで以上に推進していくこととしました。また、土木や電気等の、新しい分野にも積極的にチャレンジしていきますので、今後も一層のご支援・ご協力をお願いいたします。

大和電設工業(株)

会社ロゴを刷新

新たなステージへ向かって

コロナ感染も落ち着きの兆しもあり、皆様には穏やかな新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

当社は昨年10月に、新たな領域へ果敢にチャレンジする決意を込め、赤一色の「DAIWA」から青基調にレッドウィングを付加した新しいロゴに刷新いたしました。これにより、新たなステージに挑む大和として取り組んでまいりますので、NTT様はじめ電友会の

皆様におかれましては、引き続き当社への温かい励ましとご指導をお願い致します。

まだまだ予断を許さない状況でありますが、会員の皆様のご多幸と電友会の益々のご繁栄を祈念しております。



大和電設工業(株)
新口ゴ

エクシオグループ(株)
東北支店

会報90号に寄せて

常務執行役員

東北支店長 遠原 秀基

あけましておめでとうございませう。コロナウイルスワクチン接種やPCR検査の定着が進み、徐々に感染減少となればと祈るばかり

です。

さて、1954年に「協和電設」としてその第一歩を踏み出した当社は、1991年には電気通信建設にとどまらず、新たな領域に挑むべく、ラテン語で「殻を破って外へ出る」という意味の「EXE O」を社名とし、今日まで皆様のご協力、ご支援を承り歩んで参りました。

そして、昨年10月1日、私たちは「エクシオグループ」へと社名変更し、新たに大きく舵を切りました。お陰様でグループ企業は100社を超え、事業領域も拡大した今、グループの一人ひとりの持つ力を結集し、一体となって未来を目指すという強い意志を持って取り組んで参りますので、引き続きご指導ご鞭撻をお願い申し上げます。

(株)ミライト東北支店

社会と地域によいこと

日頃より弊社事業に対し、格別のご支援・ご協力をいただき誠に

ありがとうございます。また、電友会会報90号発行にお祝いを申し上げます。

弊社は、情報通信インフラを支える事業者として、作業者の安全、仕事の品質、環境保全、情報セキュリティの4つを特に重視し取り組んでいます。また、それらの活動を通して、「社会と地球によいこと」を積み重ね世界的な取り組みであるSDGsへの貢献を目指しています。更に東北支店としては「お客様」「地域」「家族」への感謝を忘れず、社会貢献活動を積極的に取り入れていきます。

共立建設(株)東北支店

温泉ホテルへのお誘い

弊社は長年に渡りNTT関連施設の建築を行っていますが、近年は社会福祉施設や教育施設等も数多く建築しています。昨年は温泉ホテルを建築したので紹介させて頂きます。ホテル名は「御宿野乃仙台」。場所は仙台市宮城地下鉄「広瀬通」駅から徒歩1分の中心街に

位置します。特筆すべきは「天然温泉」と「純和風」です。市街地の中心にありながら天然温泉の展望大浴場と露天風呂を最上階に完備し、ロビー・レストラン・廊下・客室内等が畳敷きという純和風の趣きが魅力です。まだオープン前ですが、オープン後は是非ご宿泊をいただき、ひと時の安らぎと弊社の技術力を感じて頂ければ幸いです。共立建設は、これからも建築を通して社会基盤と生活環境に寄与して参りますので宜しくお願ひ致します。



地下鉄駅からすぐ
「御宿野乃仙台」

日本メックス(株)東北支店

持続可能な社会の発展に貢献

謹んで新春のおよろこびを申し上げます。

おかげさまで弊社は今年、創立50周年を迎えることになりました。NTTグループの一員としまし

て、「建物とともに生きる」を企業理念とし、お客様の資産価値を高め、建物の長寿命化を使命として持続可能な社会の発展にこれからも貢献していきます。

また、私たちは「まじめ」を原点とし、仲間を大切にしながら新たなことに挑戦しやり遂げることで、お客様の期待を超える価値の提供と躍動感のある現場づくり、未来を創る進化と革新に務めて参ります。

日比谷総合設備(株)東北支店

社員の健康増進に向けた取組み

総務部長 加藤 智得

コロナ禍の影響により外出控えで運動不足となり体重にメタボ危険信号が出てきております。

昨年春、社員の健康意識調査を実施した結果、半数以上の社員が健康を意識していた事から、一層健康に留意して頂くため今年度の施策として誰もが気軽に参加できる健康増進の取組みを開始しました。

会社が歩く目標歩数を設定し、社内ホームページに歩数カウンタを設置して社員が歩いた歩数を入力します。目標歩数を達成すると、その距離見合いで社会福祉協議会等に寄付を行い社会貢献に繋げる運動です。

また、専門セミナーの開催で「料理方法・ダイエット等」の内容をオンラインで行い、生活改善に繋がっています。

私も自分の一歩を社会貢献に活かすため参加しています。

(株)第一ヒューテック 東北支店

企業体質の変革と強化

新型コロナウイルス禍の下、当社では事業への影響を最小限に留めるよう努めてまいりました。また、今回の感染症を引き金にワークスタイルの多様化、及びICTの活用に向けた積極的な取り組みを加速させております。このような環境の中で、当社は昨年度第10次中期事業計画を策定し、「業務効率化と技術力向上により環境変

化に対応し生産力向上を図ろう」を合言葉に将来にわたり堅実に事業を継続していくために、次の3つの基本方針のもと、企業体質の変革・強化を全社員一体で取り組むこととしています。

1、個人が働きがいを感じる会社になる。

2、多様なプロジェクトに挑戦する。

3、社会から認められ、お客様から選ばれる会社になる。

今後もお客様満足度の向上に努めると共に企業としての社会的信用や存在価値を高め、更なる発展を目指して参りますので、より一層のご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

日本カーソリューションズ(株) 仙台支店

ユア・モビリティ・
パートナーとして

(Your Mobility
Partner)

新年おめでとうございます。

昨年は、人々の生活を、働き方

を、そして世の中をも変えた1年でありましたが、一方では新しい生活様式に戸惑いつつも順応し遅く前へと進む人々の力強さを感じた年でもありました。

私どもNCSは、本年も多くの仲間の皆様と共に、そしてコーポレートメッセージである「ユア・モビリティ・パートナー」として何事にも全力で取り組んで参ります。

本年もどうぞよろしく申し上げます。



◆NTTグループ東北だより

◎スポーツクラブ後援会情報

日頃よりNTTグループ東北スポーツクラブ後援会の活動にご理解とご協力頂き、誠にありがとうございます。

昨年の後援会募集に際しても、約120名の皆さまにご賛同いただきましたことに厚く御礼を申し上げます。

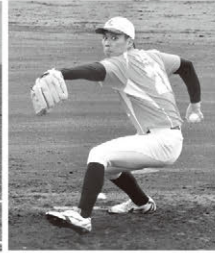
さて、各クラブの昨年の戦績ですが、ベ이스ボールクラブは、今シーズン全ての日程を終え、都市対抗野球大会、日本選手権大会では、企業チームの壁に阻まれ、全国大会への出場はなりませんでした。しかしながらクラブチームの最高峰である「クラブ選手権」では、6大会ぶり5回目の東北大会優勝を見事勝ち取り、10回目の全



五十嵐 歩副主将 (外野手)



久慈 朋弥主将 (内野手)



李 基成ピッチャー

年



ベースボールクラブ
クラブ選手権東北大会 優勝

国大会出場を果たすことができました。

バドミントンクラブは、4月に開催された「全日本実業団選手権大会東北予選会」において、11連覇を達成、「宮城県バドミントン選手権大会」では、シングル・ダブルスで優勝するとともに上位を独占。また、国体全国



菊地 裕太選手



荏澤 智樹選手

大会は中止となりましたが、8月に行われた「国民体育大会東北ブロック大会」でも優勝するなど、輝かしい成績を収めることができました。2月には、バドミントンのトップリーグ「S/Jリーグ」が熊本・東京会場で予定されており、上位進出をめざし日々練習に励んでおりますので、ご声援をよろしくお願いいたします。



輝かしい成績を収めた
バドミントンクラブ

今年も昨年の成績以上の結果を残せるよう選手・スタッフ一同、頑張つてまいりますので引き続きのご支援・ご声援を賜りますようお願い申し上げます。

(スポーツクラブ後援会事務局長)

震災コーナー

— 忘れない。忘れてはいけない —



◎忘れないで

東北地方本部

昨年のNHK朝ドラ「お帰りモネ」では震災で受けた心の傷を抱えて生きている日常に目を向けていて、あの当時を思い出した方も多かったのではないのでしょうか。

震災から3年後に作成した電友会会報74号は「3・11東日本大震災特集号」として、68名の東北各地区の会員の皆様から寄稿文をいただきました。NTT東日本東北復興推進室様から被害と復興状況を、NTTドコモ東北支社様か



震災直後の社屋内

らは通信網の復興・新生に向けた取り組みをご紹介いただきました。当時の地方本部の取り組みも掲載しましたが、被災の大きさには差があっても被災しなかった人はいないので、は？と思うほど未曾有の大災害でした。

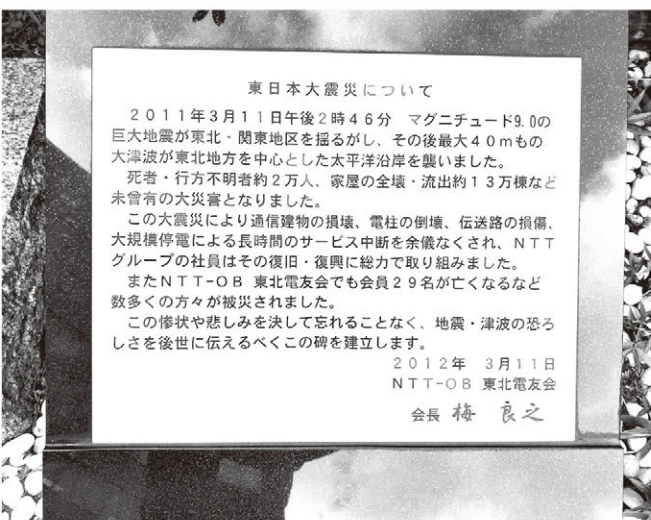
10年たつて見違えるほど復興した地域もありますが、まだ復興は道半ばの地域もあります。先日福島県のいわき地方を車で通りましたが、ある地域では、かつての様な賑わいはなく人の姿も見当たらず、寂しい風景でした。ここで生活していた方々は、今はどうしているのだろうか…と思う



震災2週間後の石巻波波ビル NTT 移動電源車による電力供給

と、とても胸が苦しくなりながら通過しました。あの日から私たちも10歳年を重ねましたが、決して遠い昔のことのように忘れてしまっただけではないということを改めて思い起こしました。震災後、全国の電友会の皆様から、心温まるご支援、お見舞いをいただいたことは本当に感謝してもしきれないほどです。

震災だけが災害ではありませんが、震災特集号発行当時の電友会東北地方本部長だった小野寺昭夫氏が会報に寄せた言葉をもう一度掲載し「あの時を忘れない」ことを改めて肝に銘じ次の世代に引き継いでいかなければと思っています。



「忘れないで」の碑の横にある碑文石

会報74号 平成26年1月発行
「3.11東日本大震災特集号」より



東日本大震災から三年

平成23年3月11日午後2時46分、マグニチュード9.0の巨大地震が発生し、大津波が太平洋沿岸を襲いました。さらには東電福島第一原発事故が重なり、危機的状況となりました。

この大震災による死者・行方不明者は2万3千人を超え、東北の電友会の会員だけでも29名の方が亡くなられ、会員の家屋の全壊・流失は214件にも及びました。いまだ仮設住宅で過ごされている方もおり、その爪あとの大きさに改めて大自然の猛威を感じます。

あれから三年経とうとしています。東北の電友会では、全国の電友会の皆様から寄せられた心温まるお見舞いに対して、感謝の気持ちでいっぱいです。

前会長の梅さんが被災した会員の仮設住宅を訪ね、皆様からのお見舞い金をお届けした時に「お父さんはなんていい会社に勤めたのでしょうか。OBになってからも全国からこうして手を差し伸べていただくなんて」という言葉も頂きました。

私ども東北の電友会は、全国の会員の皆様にこの感謝の気持ちをどのような形でお返しをすればよいのか、そのすべを持ち合わせていませんが、これから想定されている東海・東南海地震やその他の大規模地震に対して、どのように備えればよいのか、具体的な体験談をお伝えし、あの震災を風化させないことが全国の電友会の皆様へのせめてもの御礼かと思い、特集号としました。



「忘れなくて」の碑／平成24年3月 NTT五橋ビル中庭に建立

平成26年1月
NTT全国OB会 電友会東北地方本部

本部長 **小野寺 昭夫**

東北地方本部だより

東北地方本部事務局

◎支部長・事務局長会議

令和3年7月20日を予定していましたが、新型コロナウイルス感染予防のため7月28日書面会議にて開催しました。

本部理事会・評議員会（書面会議）模様についての報告、電友会会報90号の発行について、ボランティア活動物品支援申請状況について、新型コロナウイルス感染予防対策への支援について、東北地方本部・各支部の総会等実施状況について審議・報告が行われました。

8月24日、新旧地方本部、支部役員の顔合わせ会をWeb会議により開催しました。新旧役員あいさつの後、事務局から会報90号の発行について、ボランティア活動物品支援について、新型コロナウイルス感染予防対策への支援について説明があり、その後各支部から近況報告がありました。

◎文化活動協賛金運営委員会

令和3年9月2日を予定していましたが、書面会議にて開催し、令和2年度文化活動報告、令和3年度文化活動計画について承認されました。

◎電友会ボランティア活動賞の受賞

昨年に引き続き、本部主催の表彰式は新型コロナウイルス感染症対策のため中止となり、支部長から受賞者への伝達とさせていただきます。

第31回電友会ボランティア活動賞

○渡邊 正春さん（福島支部）

「東日本大震災から10年地域社会活動」に寄与した功績

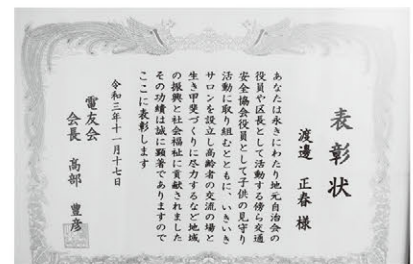
NTT退職後、テルウェル東日本に勤務しながら地域社会活動に取り組んだ他、地元自治会の役員、交通安全協会役員を長く努め地域社会に貢献したことが認められ、県警本部長等から表彰されました。

さらに、高齢者の孤独者をなくしたい一心で立ち上げた「いきいきサロン」月1回の活

動は参加者から喜ばれています。



活動中の渡邊 正春さん



電友会会長表彰状



山田福島支部長と渡邊さん

○高井 志津子さん（秋田支部）

「人権は当たり前前の権利であることをこれからも伝えていきたい」

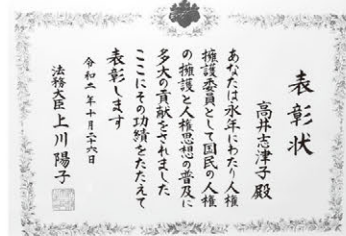
平成22年から人権擁護委員として、年35回



電友会会長表彰状



穂積秋田市長と高井さん



法務大臣表彰状

ほど「国民の人権の擁護と人権思想の普及」活動に努めており、具体的にはプロスポーツ組織との連携による啓発活動や、学生向けの啓発活動、特設相談所の開設による相談の受付などを行い、その功績が認められ法務大臣から表彰されました。

その他、秋田市環境の創造と保全に関する活動や、秋田県政策評価委員としても活躍しています。

◎恒例行事の中止

- 全国女性の会（本部主催）
- 震災復興支援ボランティア活動
- ・気仙沼・大島での復興支援（持株主催）
- ・東松島市海岸防災林再生活動
- （宮城事業部主催）

震災復興支援ボランティア活動については昨年度に引き続き中止となりましたが、再開されましたら「チームNNT」として、積極的に参加していきたいと思えます。皆様のご協力をお願いします。

◎高齢者叙勲のご紹介

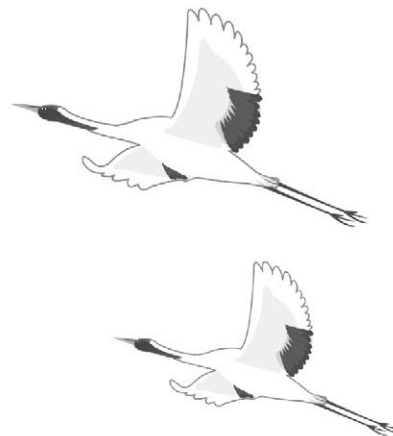
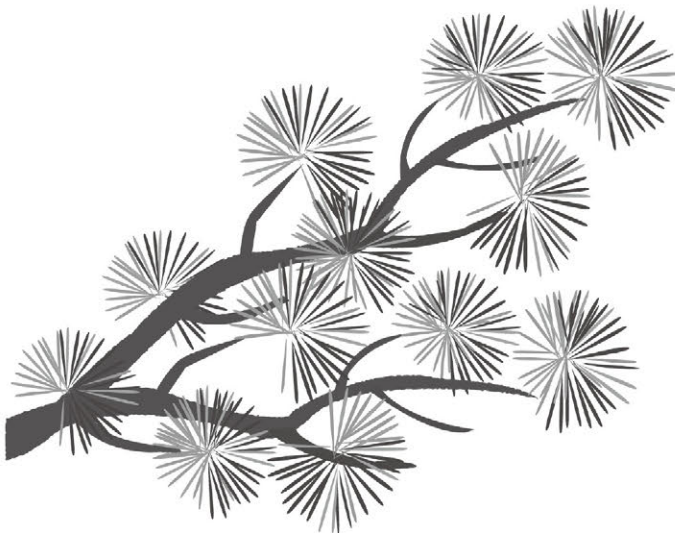
（令和3年6月～令和3年9月）
 謹んでお祝い申し上げますと共に、益々のご健康とご活躍をお祈り申し上げます。

◎物故会員の叙位・叙勲

（令和3年6月～令和3年9月）

次の方々は、生前のご功績により、それぞれのご逝去の日をもって叙位・叙勲の荣誉に浴されました。

- | | | |
|----------|-------|--------|
| （叙位・叙勲） | （支部名） | （ご氏名） |
| 従六位瑞宝单光章 | 宮城 | 高橋 淳様 |
| 瑞宝单光章 | 岩手 | 後藤 幸吉様 |
| 瑞宝单光章 | 宮城 | 山口 三郎様 |



- | | | |
|-------|----|--------|
| 瑞宝单光章 | 山形 | 三浦 吉弥様 |
| 正六位 | 宮城 | 菅野 善昭様 |
- （高齢者叙勲 瑞宝双光章 令和2年11月受章）