

会員リレーコーナー

しばらくです
どうぞも



今回登場された会員からバトンを渡された会員の皆さんは次回の掲載になりますのでよろしくお願ひいたします。

東北電友会会報 編集委員会
※氏名の後の（ ）は退職年を示す。



五ッ橋クラブ
荻津 哲夫(平16)

からのバトン

霞城クラブ 平吹 正忠さんへ

突然本件の寄稿について、鎌田氏から連絡を受け驚きと懐かしさを強く感じたところでした。ただ、日頃考えもしなかったNTT時代を思い返す良い機会と思ひ筆を取

りました。

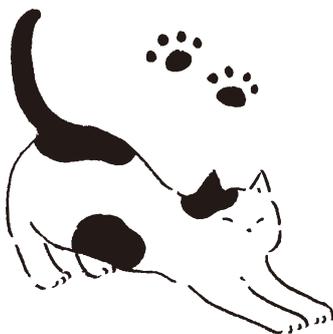
私は昭和42年富岡施設区（私の記憶が正しければ東北管内で2施設区しか無かったかと思ひます。）で採用され、同年10月の自動改式で磐城富岡電報電話局となり線路宅内課職員になりました。当時富岡は今話題となつてゐる東京電力第一原子力発電所の建設真只中でJR富岡駅からの「ふんどし町」と言われた寂しい町から周辺町村を含めて発展し熱気に溢れ躍動する感を強く感じさせられた環境でした。現状については事故後11年が過ぎて言葉にできない気持ちでTV映像等を只々傍観してゐます。入社後17年間各職場で勤務し当時の東北通信局保全部での勤務となり、そこで先輩の鎌田氏と次にリレーします同じく先輩の平吹氏

と仕事を一緒にいたしました。

当時は今のようなPCのアプリケーションがなく、幹部会議資料作成時の必須アイテムは、ハサミ、ピンセットでの切り貼り作業が主で、多大な時間を要し皆さんと共に遅くまで作業をした思ひ出があります。今思えば懐かしく、「多くの経験はその人の資質になる」などと自分に言い聞かせて頑張つたように思われます。

現在は、お蔭様で健康に恵まれ毎日「迷い込んだ猫」との散歩と昔お世話になつた皆さんと一緒にさっぱり上達しないゴルフを楽しんでおります。本当に脈絡の無い話で申し訳ありませんでしたが現況報告です。

では平吹さんよろしくお願ひします。



五ッ橋クラブ
山下 照雄(平11)

からのバトン

五ッ橋クラブ 佐藤 英明さんへ

高石さん、思ひ出深い仙台からのバトンありがとうございます。電友会東北地方本部長、宮城支部長として、東北のためにご尽力されている姿は昔と重なり頭の下がる思ひです。私が高石さんと一緒にした当時は、全国にカスタムが導入され、仕事の仕方が大きく変わる時代でした。仙台支店でも新しい仕事の仕方を導入しようと考え、「仙台は千台」と言つて、社員全員に一人1台パソコンを導入しました。パソコンに苦労しながらも、新しい仕事の仕方にみんなと一緒に知恵を絞つた時期でした。今考えると、デジタル社会の入口だったと思ひます。それから25年たった今、地球環境問題に向けてICT、MI、メタバース等デジタル社会は大きく発展し、私はと

いえばニュースを理解することさえ苦労している有様です。

現在は5年前から広島市に住んでいます。次女家族が海外から帰国し広島に住み始めたのに合わせて、私と妻も埼玉から移住しました。幼稚園児から後期高齢者までの7人家族です。長女家族も神戸に住んでおり、集まりやすくなったのはうれしいことです。

広島はN T T時代2回勤務したことがあります。これで3回目になります。今までは仕事中心、今回は地域との繋がりが大事と思います。町内会や老人会に参加しています。町内会副会長や地区福祉推進員（見守り）、老人会のグラウンドゴルフ担当等楽しく過ごしています。

健康のため、近隣の比治山へ毎日1時間のウォーキング、週3回のグラウンドゴルフ、月3回のゴルフを楽しんでいます。昨年5月には、中国電友会ゴルフ同好会のゴルフコンペで初めてのホールインワンを達成しました（広島ゴルフ倶楽部鈴が峰コース）。

これからも健康に気を付けて仙

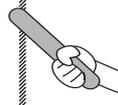
台で培った「感謝」の精神を忘れて地域のため頑張っていきたいと思っています。

次の方は、入社以来お世話になりました佐藤英明さんにバトンをお渡しします。



五ッ橋クラブ
吉田 博幸(平25)

からのバトン



五ッ橋クラブ 門傳 泰一さんへ

昭和51年に入社し気仙沼電報電話局へ配属となりましたが、当時の職場の先輩だった鈴木利幸さんからバトンを受けました。鈴木さんとはもう45年以上のお付き合いになります。

その間、東京へ2回異動になりましたが、東京勤務で一番印象に残っているのは電報事業本部時代に、ある事件があったことです。警視庁捜査二課が本部へ乗り込んできて書類等を持ち去りましたが

当時事業計画担当だった私は持つていかれては困る事業計画の書類を1冊にまとめ自分のデスク引出しに保管していました。ある日そのファイルを持って一人で霞が関にある警視庁（テレビ「相棒」の冒頭に出てくる建物）へ行く事になり、ボディチェックをされて建物へ入り捜査二課の刑事に2階の取調室（95号室）へ連れて行かれてファイルの説明と誓約書を書かされたのですが、行ってビックリしたのはテレビで見える取調室の配置とは違い、ほぼ2階全部が取調室になっていて95号室まで行くのに一人通るのがやっとの狭い通路が何本もあり、次の通路に入るところにはカギがかかっています

95号室へ行くまでに3回カギを開けて連れて行かれました。なので仮に刑事一人をポカッと倒しても2階から逃げるのは不可能だと感じました。誓約書を書いたら建物の後ろ側から1階へ降りて行き、警察の歴代の制服や殉職者名簿などを見せていただいていたが無事故免されました。

今となつてはいい思い出ですが

それでも「相棒」の冒頭に警視庁の建物が映ると今でもビックリとする時があります。

N T Tを退職後、現在は（株）T T Kでお世話になっておりますが、お陰様でN T T時代から通じて私は人に恵まれて来たなとつくづく思っております。上司、同僚の人たちにも感謝しかありません。

また、単身生活が3カ所で延べ9年ありましたが、その間息子2人を育ててくれた嫁さんにも感謝しています。ありがとう（笑）

趣味はカラオケで以前はカラオケ店に行つて新曲を一人で練習し



コロナ前のスナック「ファイブ」
楽しさがダダ洩れている飲み会ですネ

ていましたが、コロナ禍でもう3年以上カラオケ店には行っておらず、たま〜に酒場で歌うのが今の楽しみです。

次のバトンは宮城通信部時代に苦楽を共にして週に5回は一緒に飲み歩いた歌のとても上手な門傳泰一さんにお渡しします。



私は昭和35年電電公社に入社。二本松、田島、会津若松、仙台、郡山、福島と勤務させて頂きました。主に運用畑でした。

不器用な私ですから交換作業や電信業務の手作業仕事は慣れませんでした。やってこられたのは多くの友人のおかげだと思います。

昭和39年第一回専門部営業・電信班として東北14名、北海道10名

で札幌学園にて研修を受けました。この年は最初の東京オリンピックでした。これを記念して4年毎に東北と北海道の地で交替しながら同期会を開催しました。この間、

多くの同期生が管理者の道を進み昭和62年にはNTT株が上場、そして翌年ソウルオリンピックの時

だけが同期会を開催出来なかった。しかし、4年毎13回になると50数年が経ち高齢のため終了しました。

この東北での最後の同期会は、奇しくも東日本大震災の平安と復興を祈り、いわき市で開催しました。

学園の授業では、中村前学園長の特講(安保闘争が盛んな時)殺意をもった運動は、思考過程のどこかに誤りがあると教えられた。

次に、玉野教程課長の授業は人気があった。玉野先生はビルマ(現ミャンマー国)に主計将校として従軍、アウンサン将軍(アウンサンスーチーの父)の頃の話であった。

玉野先生は100歳になり今も矍鑠として訓練生との交流を欠かさないで居る。

次のバトンは、NTTの無人局除草作業で協力を頂きました水野榮さんにお渡しします。



「えっ、ワ・タ・シにですか!! 次の方にバトンを渡せなかったらどうしましょう」鈴木平人さんから頂いた電話に、思わず出た言葉でした。大変お世話になり、且つご無沙汰し失礼しておりながら、不躰な言い方をしてしまいました。相変わらずの私です。

退職後は、自分だけの時間を自由に調整できる日々。断捨離を、と手を付けては懐かしい物が出てきて作業は止まり、頭の中は当時にタイムスリップ。なかなか進みません。

20代前半に友人3人と旅行をし

た時のアルバムが出現。はてさて!!東京・仙台・盛岡に住んでいる3人が、計画から宿の手配、合流場所と時間、列車時刻などの連絡はどのようにしたのか? 固定電話があるのは自宅に住む私だけ。公衆電話!? 呼び出し電話で!? 手紙だったかな!? 記憶は曖昧。「何かあつたらスマホにね」のその字も知らない時代です。かなり綿密に計画し、約束時間も慎重だったのかもしれない。当時の若々しく写っている写真がある、ということは現像して手紙でやり取りしたのでしよう。東北新幹線開通前のこと。懐かしくも楽しかったスローな時代。青春時代の一コマにニンマリとして断捨離は続きませ

ん。「明日もたっぷり時間あるから、まっ、いっかー」
そんな中、時には荒廃した林で森林ボランティア活動をしています。鬱蒼とした林に光が射し込んできた時の爽快感は何とも言えません。心身共にリフレッシュです。

最近、在来線を利用して山や海を眺めながらのんびりと旅をしたいと考えています。その旅先に

高橋さんの4コマ漫画



熊谷栄一さんからのバトン。
勢いのある第2走者熊ちゃんから、ヨレヨレ第3走者の私がかうまくバトンパスを行えるか不安でしたが受けることにしました。
私は72歳ですがまだフルタイム

で働いています。大谷翔平の実家のすぐ近くにある大和電設工業岩手支店（奥州市水沢）でお世話になっています。自治体光ケーブルの支障移転業務です。お陰様で4月に後輩の渡邊重良くんが来てくれたので、あと少しで退職できそうです。
退職してものんびりはできそうにありません。といますのは地区のいろんな役を引き受けてまして、自治会、社会福祉協議会、交通安全協会、農水多面的機能、防犯協会、草刈隊等々です。女房殿からは「受けるのはいいけど私を巻き込まないで」と釘を刺されているので自業自得です。
また、イベントがあると似顔絵描きや広報紙の4コマ漫画など頼まれ、私に休日という言葉はないのです。もともと休日だと昼からビール飲んだりする癖があるので

北上電友会
高橋 進(平24)

からのバトン

花巻電友会
阿保 守人さんへ

ないほうがいいと口の悪い仲間はいいます。
趣味は映画観賞と薪ストーブでゆったり過ごすことくらいです。映画はレンタルDVDを借りて観ることが多かったですが、最近はずらプライムビデオで観ています。薪ストーブは炎をみてる飽きません。薪集めや薪割りには飽きます。体力づくりと思いやっています。



似顔絵描き



趣味は映画観賞と薪ストーブでゆったり過ごすことくらいです。映画はレンタルDVDを借りて観ることが多かったですが、最近はずらプライムビデオで観ています。薪ストーブは炎をみてる飽きません。薪集めや薪割りには飽きます。体力づくりと思いやっています。



可愛く描いてくれて嬉しいナ

コロナ禍でOBの皆さんと飲み会できないのが辛いです。いろんな思い出がある方々との懇親はかけがえのないことなのに、もう少し我慢ですね。
次のバトンは採用時や青春期と一緒に馬鹿やって人生を謳歌した花巻電友会の阿保守人さんにお渡ししたいと思います。



千秋クラブ
千田 育男(平15)

からのバトン

千秋クラブ
佐藤 春樹さんへ



東北支社・酒田支店そして現在まで長い間お付き合いいただいている白田先輩よりバトンを受けました。今回は2度目のリレー参加ですが、今回は経歴や経験等を記述させていただきました。今回は平日頃から「これはダメだ」「許されない」と思っている事項を力強く述べたいと思います。

第1に、国家予算のあり方についてですが予算総額約100兆円強に対し、税収等歳入は約62兆円です。民間企業では営業収益と営業費用を1対1又は2対1.5の割合で計画し達成に向けて努力しますが、国家予算はそうではなく歳入の不足分は赤字国債で補うという不思議なやり方を行っています。現在、国と地方の借金残高が1兆1000億円と言われています。

ですが、その借金とは誰がどこに對していつまで返済するのでしょうか？

第2は、国会議員の「文書交通通信滞滞在費」(4月に名称だけは変更)についてですが、月額100万円、年間1200万円支給されています。何に使用しても

しなくても、非課税・領収証不要・残金返納不要、そして使用状況は非公開といえます。議員の給与等は年約2100万円であり、合計約3300万円支給されています。その他、JRパス・月4往復分の航空券の支給があるほか、秘書給与最大3人分は国が負担しています。政務活動に必要な経費は理解しますが、使途不明にしたままで残金の返納もなしとはあまりにひどい非常識極まる状況ではありませんか?!!

第3は、衆議院議員選挙の投票日には「最高裁判所裁判官審査」があります。皆さんは11名の判事を知って審査していますか?投票日直前に郵送される選挙公報に判事の略歴が記述されていますがどのような視点で何を審査すれば

良いのか理解できるはずが無いのに!!

第4は、日本の外交についてですが、皆さんは北方領土問題・竹島問題についてどう思いますか?「我が国、固有の領土」といいますが現状は、まさに実効支配されているような...

北方領土4島には多くのロシア人が生活し、またロシア軍のミサイル基地もあるようです。また竹島には韓国軍の兵士が100名前後常駐しているようです。日本人が「我が国、固有の領土」に近づくことすら出来無い状況です。いったいどのようなになっているのでしょうか?

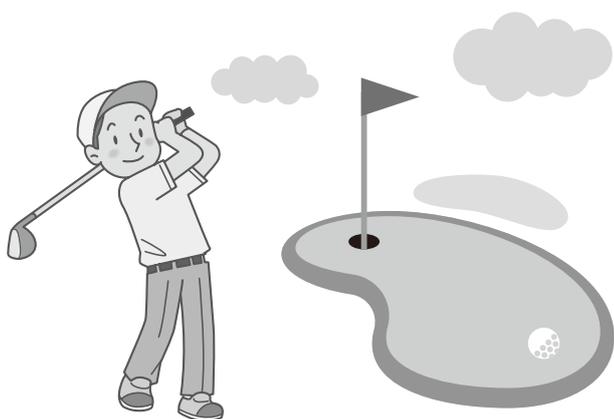
近年では、中国が尖閣諸島は自分達の島だと言って接近するなど緊張状態にあります。

最後に、私なりの考えをまとめると政治に関しては、国民の血税で生計を維持している者は、お金の大切さを知って行動を改めて欲しい。また外交に関しては、ロシア・中国・朝鮮半島の2国とは、十分な距離を取った対応をして欲しい。併せてコロナ感染の拡大・

ウクライナでの悲惨な戦争など大変な時代に入っております。一日も早く、常識的で当たり前な行動を全ての人が出来るようになって欲しいと日々思っている今日この頃です。

ちよっぴり嬉しい話をひとつだけ。先月のゴルフ例会でバーデーを2つも取りました。

次のバトンは、昭和44年秋田報話局以降、半世紀以上のお付き合いがある赤ワイン通の佐藤春樹さん(千秋クラブ)にお渡ししますので、宜しくお願いいたします。



会友コーナー

文芸

俳句

短歌

川柳

詩

随想



文芸

短歌

五ッ橋クラブ

人知れず 今日も根を張れ不戦の九条
わがふるさとに誓いの平和を

小坂 仁

仙南OB会

友見舞い ガラス戸越しに優しさと
元氣と共に週刊紙届く

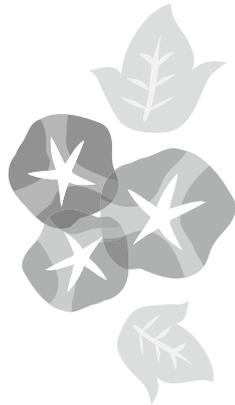
大庭美智子

懐かしき 憧れの人を詠みたれど

忘れられたか一顧だにせず

美しき 蔵王の姿電線遮り

写メールに勇姿は撮れず



俳句

五ッ橋クラブ

遠雷や独り留守番ジャズかける
吾子飛ばす紙飛行機や鰯雲

阿部 豊(豊仙)

仙南OB会

春を呼ぶ露のとうがふたつみつ
フォークダンス三神峯公園の花の下
連れ立ちて彼岸詣りのなつかしや

大庭美智子

福島地区電友会

さくら見て余命を少しもらえたか
つつじ咲く我が庭樂し妻を視る
天を突く紫木蓮あり空飾る

加藤 良栄

関戸 武

日本海大きく背にし烏賊を焼く
句碑前後色なし風の通り過ぐ
石段の小石転がし男梅雨

白河地区電友会

夢に見る百人一首と母の顔
ペン持てどなにも浮かばぬ老いの脳
友亡くし悲しきことのみ思い出す

内山 ヒサ

霞城クラブ

浦山 勇

雪が融け庭の岩陰に翁草

鬼澤 範和

二度三度振り返り見る今宵月
揚げ羽蝶花を選んでホバリング
合歓の花松翁の句を口ずさみ

川柳

仙南OB会

大庭美智子

コーヒーの

湯気に浮かぶは 亡夫の顔

チュンチュンと

呼べばチュンチュン 返事する
食事制限 拒食症となり 悩まされ



福島地区電友会

高橋 敬一

歳重ね薬の数がまた増えた
学校に二年も行かず学位取り
相撲でも知名度上げた福島県

霞城クラブ

浦山 勇

マスク付子らに声掛け無視された
ジヨギングを頑張りすぎか足がつる

千秋クラブ

柏谷 武

コロナ明け採用先に一人旅

高橋 幸雄

子育ての唄が介護に道広げ
汗ながし加齢と老化の溝広げ
指揮台で音をあやつる指の技



◎投稿は紙面の都合上、一人3句までとさせていただきます。多数投稿されている場合は勝手ながら編集担当で選定いたします。



随想



後期高齢者の域に達して思うこと



五ッ橋クラブ 籠林 信雄

2021年11月24日は、私の75回目の誕生日でした。世に言う後期高齢者の域に達した訳です。

先輩諸氏から60歳、65歳、70歳、75歳の節目を迎えるといろいろな面が変わってくると思うことを耳にしていました。年齢を重ねるのは致し方のないことで、その節目をどう過ごすしていくかは、個人の問題と思いつながら余り深く考えないことにしていました。

そんな中、後期高齢者になって何が変わったかという、先ず最初に実感するのは、国民健康保険から抜けて自動的に後期高齢者医療制度へ加入することでした。市役所から75歳の誕生日前に「後期高齢者医療被保険者証」が手元に届き、カードサイズからはがきサイズの被保険者証に変わりました。

年収によっては、医療費が3割負担から1割負担になり、高額医療になった場合は、毎月支払う限度額を設定し補填されるという制度でした。在宅医療や介護を必要とするケースにもそれなりの給付制度がありました。

75歳以上になると免許更新の手続きが変わりました。更新期間満了日の約190日前に「検査と講習のお知らせ」のはがきが郵送されてきました。更新手続き前に高齢者講習や認知機能検査、実車指導を受け、認知機能検査結果通知書などを受け取り、後日、免許センターで更新でした。

この年齢になって可否を伴う検査と思いつながら、後期高齢者になって制度的な変更以外は余り実感することはありませんでした。年齢とともに身体の衰えを感じることはありませんが、日常生活には特に支障をきたすこともない日々でした。

翻って、私の机の前の壁には、現役時代に掲出していた何枚かのペーパーがあります。その中の一つは、少し茶色になり色あせてきていますが、サミュエル・ウルマン、宇野収、作山宗久訳の「青春」です。

サミュエル・ウルマンの「青春」は、現電友会東北地方本部事務局長佐藤糾氏が紹介していた事があり、佐藤氏へメールをして詳し

く教えていただいたもので、それを私の机の前に掲げては、折に触れ読み返しながら自分を奮い立たせていました。

「明元素言葉」、「暗病反言葉」も佐藤糾氏に教えていただき、今も机の前に掲げながらポジティブに生活する糧にしています。6年前に胃がんの手術をした時に出会った言葉も掲出しています。

『生きていれば嫌なことたくさんあります。それでも生きていかなければ何も経験できません。あなたが空しく生きた今日は、昨日亡くなった人が痛切に生きたいと願った明日である。』後期高齢者になっても日常生活は変わりません。

毎日の更新を目指しているblog「blue sky 531」、facebook「籠林信雄」、河北tbcカルチャースクールオカリナ講座、オカリナサークルオカリナ縄文会の練習、社交ダンス、男の料理の昼ご飯作り、映画鑑賞、写真、でんでん宮城いきいきネットワーク絵手紙教室と、やれるだけのことをやりながら楽しんでいきます。限りある人生を謳歌しないわけにはいかないと張り切って生活しています。

退職後の日々



電友あさか会 今泉 千鶴子

なんとか米寿を迎える事が出来ました。退職後、30年以上にもなるのにお祝いを頂き嬉しくなりました。

OBの方々と、食事会やおしゃべりを、また公民館のクラブで囲碁や裁縫教室を、それぞれへたなりに楽しんで居りますが今の流りに病いと思うように集まる人が少ない時もあり、早く前のような日に戻って欲しいと願って居ります。

勤めていた頃、年に2回の課内旅行があり強行車で遠い所まで行った楽しい思い出がありますが、今の私は膝の故障で長く歩く事が出来なくなりました。

これが「老いて行く」と云う事なのかと思わせる事が多々あります。これから先、一日一日を大切に過ごして行かねばと思つて居るところです。

喜寿を迎えて



電友あさか会 高橋 勝海

この度は喜寿祝を頂きまして誠に有難うございました。また退職して早20年もたちまします。今は地区の老人会の仕事や神社奉賛と考えております。個人的にはスポーツでは卓球、フリーテニス等週に2回ほどしており結構忙しく過ごしております。畑仕事も大好きで妻と一緒に楽しんでおります。畑仕事は何年経験してもまた来年は頑張ろうと思うことが沢山あります。今までは苗を買ってきて育てていましたが、最近は種蒔きから始めています。そうすると収穫が普通より早くできるのでまた楽しみが増えるのです。年を取る

と手や足腰が若い時とは違い、特に私は75歳を過ぎた頃から畑仕事をして悪くなったことを感じました。今まで出来たことが出来なくなるからです。昔は趣味の欄には必ず魚釣りと書いたのですが、今は目と手がきかず出来ません。趣味の卓球やフリーテニスは最初始めた頃よりも上手くなったと思います。平成元年の水害では同じ卓球クラブの仲間が1

人亡くなりました。今は、コロナ禍で老人クラブの各行事が中止となりました。本宮の秋祭りも水害から3年間中止となり今年も出来るかどうかまだわかりません。今年も卓球クラブ恒例の花見会を三春町のなじみの旅館にて3年ぶりにカラオケ無しで実施し、本当に楽しい一日を過ごして来ました。電友あさか会では囲碁クラブに所属しております。今はコロナ禍の為活動が停止しております。早く再開できる事を願っております。最近の世情段々と厳しい状況にある中、古い先短い私どもは何が出来なのか悩みます。最後に電友会の皆様のご健勝を心よりお祈り申し上げ、喜寿を迎えた感想といたします。

丑年生まれの思い出



電友あさか会 曲山 千秋

突然のめまい、気持ち悪い、頭の中がふわふわ。私の身体になにが…。締切りに追われている、点訳作業に集中出来ない。

近所の内科に行くと、血圧は正常。めまいと吐き気止め、精神安定剤の服用。えっ、精神安定剤って必要なの？1週間で治らなかつ



たら脳神経外科に行くよう促されて。

それでも薬でめまいが治ったとしても、原因不明ではと、翌日、脳神経外科を受診。頭部のMRIを撮り、診断は：「年相応」いやはや、肩こりの漢方薬とシップの処方箋を貰い、帰途に着きました。

1949年、丑年生まれ72歳。

昭和24年は団塊の世代の最終組。子どもの頃を思い出すと、砂糖が貴重だったかな。親戚の家に行くと、手を出して、梅干しに砂糖をかけたのが、お茶菓子だった。あまり好きではなかったけど。紙芝居も来ていたなあ。水飴をコネて、美味かった。油や酒は量り売り。そうそう、自転車は大人の自転車を三角乗り。輪ゴムを繋いで作ったゴム跳び。ほおずき鳴らし。缶蹴り。給食時には脱脂粉乳が出た。時には、コーヒー味もあったよね。蚊帳を吊って寝ていた事も。流行歌は『いつでも夢を』。高校の頃に沖繩に行こうとしたら、パスポートが必要だった。ひとクラス55名で教室の後ろに通り道はなかった。あゝ、今では考えられない事ばかり。

この歳になると、自分の身体で出来る事は限られてくる。体力も知力も減るばかり。歳を重ねてプラスになることは何があるだろう。世の中には沢山、立派な先輩方がいる。大し

たもんだと思う。

自分はせいぜい、新しく買ったWindows 11に挑戦してみよう。

あれっ!?このマウス、電池を入れただけでは使えませんでしたって!既に挑戦の始まりだわ。

福島県民になって43年



電友あさか会 松本 千代子

東京から郡山へ転勤。トラヒック営業中心に仙台・福島と通勤。当時、保育施設は少なく、子育てが大変な時でしたが、出会った周りの多くの方々にも助けられ働き続ける事ができ感謝の日々でした。

NTTの目まぐるしい変化で、地方にて東京業務の一旦を担う東京パートナ部門設立となり、県内各地から郡山へ集約。沢山の方々との出会い交流が深まりました。

その後、NTTソルコ福島116センチ開設に伴い、郡山から福島市に転勤。NTTソルコで東京の販売業務を担当。派遣社員さん達と地域の発展等の仕事で、考える余裕もなく、成果競争の日々。その間、慢性甲状腺機能低下症、前頭葉炎症、骨折等体力の限界

に!そして東日本大震災。震災復興で多忙の中、NTT退職。

その後、脊柱管狭窄症で1年間通院と温泉療養しながら、米国で負傷した兵士のリハビリ治療目的の「ピラティス」と出会い、腰痛も柔らぎ、大好きな海外旅行に行けるようになりました。人との出会いが笑顔をもたらし前向き志向に。結果がなくてもプラス志向で前向きな発想を心がけ頑張っていれば、やがて実を結び、毎日が有難うと大丈夫!今日一日の積み重ねに、日々出会う人たちから笑顔をもらえ感謝です。

子供の幼稚園で園長先生が「おはよう」「ありがとう」「ごめんさい」を話されてた言葉が今も思い出されます。

限りがあるかけがえのない時間、毎日ありがとう!!

果物づくりの極意



会津電友会 遠藤 憲二

60歳で法人営業SE担当を退職後、家業で遠藤農園の会津みしらず柿と13種類の桃を栽培しております。私の持論は「健全な土づく

りで良い果物ができる」先代より除草剤を一切使用しない低農薬有機肥料で栽培しております。その成果、平均糖度18度以上、中には27度の卓出した数値を出しました。それが認められたのか去年、弊農園が会津みしらず柿部門では初めて「ふくしまブランド」に選ばれ、インターネット・YouTube等で宣伝してもらっております。元々「皇室献上柿の郷、遠藤農園」で、全国各地からのお取り寄せで販売しております。注文中に追い付かない状態です。桃は退職後植樹して7年目で7月下旬〜9月下旬まで出荷しております。人気品種は、あかつき・川中島・まどか等があります。レアで市場になかなか出回らない品種は、大光・西王母など、どの品種も糖度15度以上、最高糖度28度以上の桃もありました。ほかの産地では、なかなか出せない数値かと思えます。N T T勤務時代は、とかく認められないことが多かったが、農業は自分次第で明確な数値に出たり、お客様より称賛されたり、やりがいを実感しています。ただ、今後の課題は生産コストを下げ収益を上げるのに苦悶している所です。自画自賛で吹聴ばっかりで申し訳ございません。ただの遠藤農園の宣伝・自慢話と思って流してもらっても構いません。注文頂いても構いません。注

文の際はこちらまでご連絡をお待ちしております。

〒965-10826

会津若松市門田町御山字村中九八

遠藤農園 代表 遠藤 憲一

電話 0242-27-6212

FAX 0242-27-6241

私の日常の暮らし方



青森地区電友会 高橋 順子

退職してからの生活で、いつまでも元気で健康である為に運動することが1番と考え、深夜テレビで見た「カーブス」(女性だけの30分フィットネス)へ申込みました。片道だけですが歩くと1日8000歩は達成します。青森は雪が多いので冬に通えるか心配でしたが、回数も時間帯も自由という事もあり、1年が過ぎると自信ができました。最初の頃は週5日通っていましたが、ある日そんなに頑張る必要はないと思い、週3日に変更しました。2年位前からは月3回のヨガへ。また最近では青森市主催の体幹を鍛える為の運動などにも参加しています。

2番目として交流の場を広げたいと思いい町内の方々や仲良しに。また、カーブスやヨガでのお友達も増え、お茶をしたり飲みに行ったり。人生の先輩方のお話は楽しく、学ぶことや考えさせられることも多いのです。

3番目としては食べ物です。料理が趣味なので一人暮らしですが、なるべくならとほぼ手作りを心がけています。出来たおかずは息子たちや友達にお裾分けし喜ばれています。コロナで外出出来なかった時期もありましたし、昨年古稀を迎えた頃からちよつと調子が悪い日もあります。「順子ファイト!!」と自分に言い聞かせて、充実した毎日を送っています。

ギター演奏励む



青森地区電友会 館山 生木

昨年はコロナ禍続きでしたが、健康に1年を過ごすことができ、週1回、ギターの弾き語りレッスンを続けました。ギターは70歳から始め間もなく4年になります。

コロナが収束したらやりたい夢があります。介護施設の慰問を兼ねて歌声喫茶のようなコ

ンサートを開くことです。孫娘がピアノ、友人がリードギター、私がサイドギターでユニットを組みたいと思います。孫娘は何度もピアノ発表会に参加し、舞台慣れしています。友人は趣味で40年ほどギターを続け、レパートリーも豊富です。私はフォークソングが好きで、演奏できるのは10曲ほどですが、歌詞曲や童謡など、もっとリクエストに応えられるようにしたいと思います。

昨年行った会員制交流サイト（SNS）への動画配信、音楽動画コンテンツへの応募に加え、できればライブ配信もして夢を実現したいと思っています。



弘前地区電友会

鎌田 晋悦

退職後の私

今年の3月で完全退職となりました。

私は、秋田県出身で秋田県内の勤務も多かったのですが、後半は青森県内での勤務が多く青森で退職して弘前市に住んでいます。

退職後は、午前中に7km以上散歩することを日課としています。その結果、体重が一貫目ほど減りました。特に趣味も無く毎日が

暇です。コロナで、外でお酒を飲むことも無くなりました。今は、毎晩家でイッパイ飲んでいきます。

息子夫婦が埼玉に住んでいて、2歳と今年5月に生まれた孫が2人いますが、未だ会ったことがありません。コロナが収束したら車で会いに行こうと思います。その時が楽しみです。

今は、花見や忘年会等の飲み会をしないで自粛生活に努めています。また、家の中で愛犬にも癒されております。

「人生」楽しく歩みたい



千秋クラブ

阿部 順一

喜寿お祝品を私の誕生日に（令和3年8月10日）木村会長が直接届けて頂き、嬉しいお祝いを本当に有り難う御座いました。

昭和39年、東京オリンピックの年に鶴岡電報電話局に入社、本荘秋田、ドコモと営業畑を歩いて参りました。折を見て、家内と日本百名山を目指し、北は、利尻岳、南は、屋久島の宮之浦岳と、日本アルプスを車で奔走し五十五座踏破することが出来、良い思い出と

なりました。

子供3人、孫7人の孫支援に専念し、家内と東京秋田へと出向きました。家庭菜園も、昨年は満足な出来でした。インターバル速歩を始めて2年、腰痛対策としてジム通いも始めました。

「寝込まない様に体づくりに励んで行く」と共に、先が見えてきた人生、楽しく歩みたいと思います。

採用時の総裁の言葉が忘れられない



千秋クラブ

柏谷 武

例年になく大雪の中、私の誕生日に木村会長自らお祝いを届けて頂き、有難さと一緒につつと当時を思い出しました。

昭和38年に一斉積滞解消を目的に大量採用の年でした。時は、高度経済成長期とあって600A2式黒電話機と同時デビューです。配属は線路宅内課でした。振り返れば走馬灯のごとく思い出されます。障害修理から始まり市内線路全般を担当してまいりました。エリアを通る都度、当時の番号札を見ては建設年度を懐かしく回顧し、歳と共に自尊心にか

られます。他でもないが他部門にない線路

マンの特権でした。時は移りラインマンセン

ターは若い社員が多く活気に溢れていました。

横浜を振り出しに鷹巣、秋田と顔ぶれにも親

近感が漂っておりました。民営化後は販売部

門に移り県南、県北、中央と「光回線がやつ

てくる」と来る日も来る日も仲間と切磋琢磨

でした。お客様から商魂逞しいと言われた会

社を未だに忘れません。NTTに粗利益いた

だいたお客様は何年経っても愛着があり、今

でも会釈してくれます。長期間の販売担当で

あったのでお客様から学んだ姿勢は、今東北

6県に散らばる同志の絆であり、良きライバ

ル、良き敵でした。あれから20年皆々様が健

康で居られること祈っています。古き良き時

代に働かせてもらいました。備忘録から「指

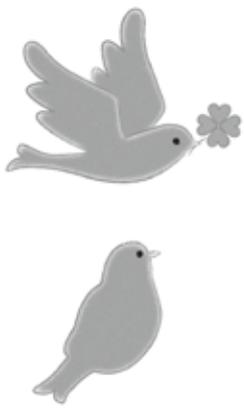
差呼称」「青黄緑」「光回線朝礼」「危険予知

等々が次々と思ひ出されます。

採用時の総裁の言葉に『良き公社マンであ

ると同時に良き社会人であらねばならない』

は生涯の教訓にしております。



独り善がりの認知症対策



千秋クラブ

須藤 礼次

私が取り組んでいる認知症対策は、①右利

きですが、左手を使う。歯磨き・納豆をかき

まぜる・寂しくなった頭髪を整える等、最終

目標は食事（無理かも）②小説を読む。秋田

市立図書館にお世話になっております。③ス

ポーツボランテニアをする。ラクビー・バス

ケット・サッカー身体の許す限り参加する。

④楽器のドラム練習をする。音の出ないドラ

ムセットを購入したが、埃を被っており練

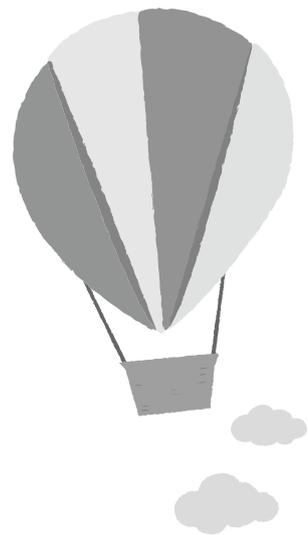
習を開始したい。⑤毎日の散歩。

話は変わりますが、地球の環境です。

いっばい悪い事をしてきましたが、出来る

事を自分なりに一つひとつやろうと思ってい

ます。孫達が生きるこれからの地球が心配です。



妻の協力と理解に感謝



千秋クラブ

塚本 正勝

喜寿の誕生日に木村会長よりお祝いを受け

て、非常に嬉しく感謝です。77年も過ぎてし

まえば、あつという間の感じがしますが、私

がここまでこれたのは、次の3つのこと「薬」

「趣味」「体操」が、力や生きがいになったと

思っています。

一ツ目の「薬」は、小児科・婦人科・精神

科以外の全て病種にかかり、その都度薬をも

らい、この薬のお陰が最も大だと思っていま

す。

二ツ目の「趣味」については、『囲碁』に、

週4回（1日は弁当持参）コミセンへ行きへ

ボ碁を打っている。『海釣り』は、春の鮎魚女、

夏は鱧と真鯛、秋も真鯛、冬は鱧、年中糸を

垂れています（真鯛は最大74cmを吊り上げま

した）。『合唱』は、秋田男性合唱団員として

週1回の練習を23年継続（14回の演奏会・他

のコンサートやお招き等で歌っています）。

三ツ目の「体操」は、16年間継続の朝6時

半からの「ラジオ体操」です。これらいずれも『妻』の協力と理解があつていればこそ出来ていると思っております。

百歳人生…いつからいわれだした？



千秋クラブ 奈良 公高

85歳まで申し込める生命保険の寿命設定は何歳？

年金生活になる際に確か「80歳までお世話になりますので宜しくお願い致します」と誰かと約束した記憶に後ろめたさを感じたがそんな約束は忘れたことに出来そう嬉しい。しかし、まだまだ分からない。

この年齢になると涙がよくでる。知人の訃報にとどまらず、子供や若い方のなくなるニュースには特に敏感に反応する。また、夢をみる事も増えた。目覚めた後は筋書きが全く解らないがほろ苦い感想だけが残る。

高齢者に対する支援、備えの充実している今、はやらないが「自力」にこだわりながらも、これからもケセラセラで…

喜寿のお祝いありがとうございました。



◆会友コーナーへの投稿について

◎他紙等への二重投稿はご遠慮願います。
◎「随想」への投稿については誌面の都合上左記内容にご協力をお願いいたします。

○掲載・・・年1回

ただし、投稿数が多い場合は次号に持越しとさせていただきます。

○字数・・・1200字以内厳守

紙面の都合上、調整させていただく場合がありますのでご了承願います。

○次回締切り・・・令和4年10月20日厳守



会友コーナー「文芸」作品募集

会報編集委員会では会員の皆様からの原稿を募集しております。

○短歌・俳句・川柳など 〈お一人3首(句)以内〉

※ただし、投稿数が多い場合は次号に持越しとさせていただきます。

【お問合せ・連絡先】

電友会東北地方本部

▶ 電話(022)212-1443 ▶ FAX(022)212-1444

▶ E-mail : keyaki@cocoa.ocn.ne.jp

お知らせ

今月号から 《でんでんみちのく川柳コーナー》を 《会友コーナー》の文芸と 統合しました。

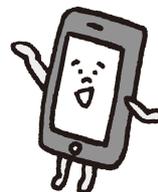
年々会友コーナーへの投稿が少なくなっています。俳句や川柳にはマナーやルールがありますが、そういうことを大切にしながらも、上手い下手は気にせず、日常生活で感じたことの笑いや感動をしたためてご投稿いただければ嬉しい限りです。自然や世相を眺めたりする中で浮かんだ「ことば」を書き留めてください。「ことば」で遊んでみてください。

お題は自由です。そうやってできた“つぶやき”の一句をお待ちしています。

会員の皆様からの投稿をお待ちしております！

【お問合せ・連絡先は】

電友会東北地方本部



- ▶ 電話 (022) 212-1443 ▶ FAX (022) 212-1444
- ▶ E-mail : keyaki@cocoa.ocn.ne.jp

◎表紙写真の紹介

シリーズ 生き活きと

仲間と集う 明日も共に

どの地方にも郷土に親しまれた山があり、すが福島は何といても会津磐梯山。民謡でも有名なこの山は明治時代の噴火によって今の形になり、噴火によって大小300個もの湖沼が出来たと言われています。四季折々に美しい姿を見せる磐梯山の姿は福島の人々の心に根付く「いつ見てもそこにある」風景です。桜と磐梯山、珍しいクマガイソウの写真を提供いただきました。

福島の桃と会津地方の郷土玩具「赤べこ」をモチーフにサークル活動やボランティア活動で地域に貢献する会員たちの姿を表紙にしました。視聴覚障害者支援組織へテキストのデータ化や図書の音声化の支援、ゴミ拾い等地域の美化運動や、うねめ祭りの着付け手伝い。ウィズコロナのサークル活動等、福島にも元氣な仲間達がいいます。

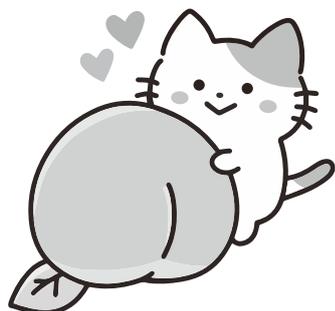
赤べこは会津地方の郷土玩具です。体の黒い斑点模様には意味があるそうです。赤べこの由来は諸説ありますが、かつては死に至る病気だった疱瘡から子ども達を守るものとして作られ（黒い斑点は痘を表す）赤べこを保持っていた子は病気にかからなかった、と

いう伝承や会津のお寺(円蔵寺)の虚空蔵堂が地震で倒壊し、その再建工事の際、黒牛が荷物運搬に苦勞していると、どこからともなく赤毛の牛たちが現れそれを助ける大活躍。そのお陰で無事再建できた等々。そんなこともあつてか今年是全国的に赤べこがブームになっているとか。

虚空蔵菩薩は丑寅の守り本尊です。赤べこに疫病退散や災害回避の願いを込めて、残りの寅年を無事に過ごせます様に・・・。

91号の随想に、果物づくりの投稿がありました。福島の果物は最高です。福島の美味しい桃、食べたてくんちえ!! (食べて下さい)

(写真提供/電友会福島支部)



●●●●● 編集後記 ●●●●●

新型コロナウイルス感染症により、人的接触が制限されましたが、直近では感染者数は一定数認められるものの、重症化率の低下な

どから、活動制限は徐々に緩和される兆しがあり、コロナ前の正常化の道筋が見えつつある状況になってきました。

電友会だよりの情報も前回より増えてきており、皆さんコロナ対策に工夫を凝らしながら、活動の再開に動き始めていることが伺えます。楽しく活動する内容も多く、さらに活性化していくことを期待したいと思います。

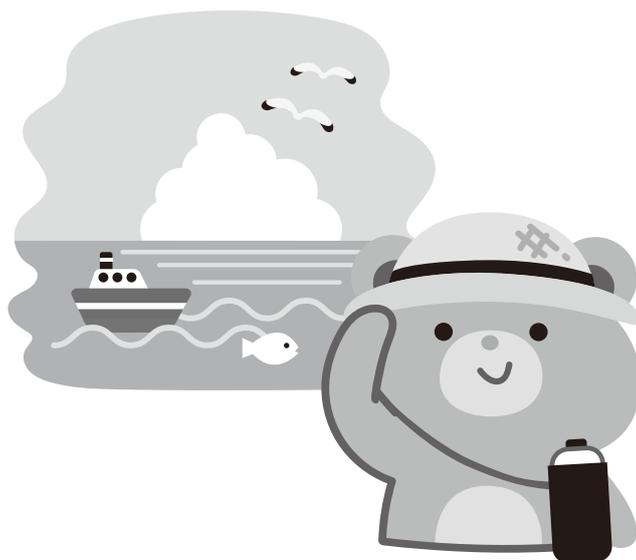
しかしながら、新たな変異株による感染拡大の事態も想定して、引き続き感染防止に油断することなく対処していきましょう。

今年は6月中旬に初めて梅雨明けとなり、梅雨の期間もわずかで、瞬く間に猛暑日が続く夏が到来しました。これまで以上に熱中症の予防が不可欠です。「水分補給」「体を冷やす」「汗をかく練習」「3食しっかり食べる」この暑さを何とか乗り切りましょう。くれぐれもご自愛ください。

一部に誤記、脱字等不適切な箇所があるうかと思いますが、まだまだ不慣れな編集子に免じてお許しください。また紙面の都合上、一部添削させていただいた箇所もありますので、併せてご了承願います。

◆91号の巻頭言は、NTT東日本福島支店長様にお問い合わせしました。心より感謝申し上げます。

◆次号（92号）会報について
・発行時期 令和5年1月1日
・原稿締切 令和4年10月20日（期日厳守）
◆次号（92号）の巻頭言は、NTT東日本岩手支店様、電友会岩手支部にご協力をお願いいたします。



東北電友会会報 第91号
令和4年8月1日発行
電友会東北地方本部
〒984-8519 仙台市若林区五橋3-2-1
NTT五橋2ビル内
電話 022-212-1144
FAX 022-212-1144
印刷 株式会社 仙台紙工印刷

ひとくちメモ

OB 関連の問合せ先

NTT企業年金基金に関すること

NTT企業年金基金

フリーダイヤル ☎0120-372-547

NTTグループ規約型企業年金基金に関すること

企業年金ビジネス

フリーダイヤル ☎0120-563-976

NTT健康保険組合に関すること

NTT健康保険組合

フリーダイヤル ☎0120-375-617

相互扶助部、火災共済等に関すること

電気通信共済会 福利厚生お客様総合センタ

フリーダイヤル ☎0120-137-294 (ヒトミナフクシ)

NTT東日本から退職者の皆さまへ

■長寿のお祝いについて（勤続20年以上の退職者対象）

NTT東日本社長からのメッセージを添えた「カタログギフト電報」と花を贈呈させていただきます。

長寿祝いの種類	贈呈品
喜寿（77歳）	カタログギフト電報+花 （1万円相当） （5千円）
米寿（88歳）	
白寿（99歳）	

（注：年齢は満年齢でNTT東日本が把握し贈呈しております）

■弔慰金の取扱いについて（勤続20年以上の退職者対象）

NTT東日本から以下のとおり香典をお贈りしています。

本人・・・30,000円

配偶者・・・10,000円

※贈呈期限については、長寿お祝いは該当年齢の誕生日から
弔慰金は死亡の事実が発生した日から、それぞれ2年以内と
なります

お問合せは・・・

NTT東日本-東北 総務部 社員サービス担当（メール受付）

メール：obfuhou@east.ntt.co.jp