



東北電友会会報

94号

令和6年
1月発行



写真提供／電友会 山形支部



～ふるさとの
隠れた魅力を再発見～

— 目次 —

ごあいさつ

NTT 東日本 宮城事業部 山形支店長 1

支部長メッセージ 山形支部長 2

NTT グループ東北だより 3

震災・災害コーナー 5

東北地方本部だより 8

各地区電友会だより 10

会員リレーコーナー 72

会友コーナー 文芸・随想 77

NTT 東日本から退職者の皆さまへ 83

編集後記 85

ASO からの協力依頼 93

発行／電友会東北地方本部

電友会東北

検索

ごあいさつ

東日本電信電話株式会社
宮城事業部 山形支店長

渡 会 俊 輔



東北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。

3年以上の長きにわたった、コロナ禍も昨年5月に5類に移行し、社会経済活動も概ね平時の状態に戻ってまいりました。

電友会の皆様とは、コロナ禍においては、ご挨拶程度しかできておりませんでした。が、昨年からは、会合でお話をさせていただいたり、懇親会に参加させていただいたりする等、皆様と対面でお話をする機会も増えてきて、大変うれしく思っております。

コロナ禍においては、テレワークや、DX等の社会的なニーズが高まり、皮肉にも当社の光サービス等の追い風となった面もありました。しかし、コロナの収束に伴い、長い間当社成長の牽引役であり収益の柱であった光サービスの伸びも鈍化してきており、それに替わる非通信分野を含めた新しいビジネスの創出が喫緊の課題となっております。

そのような中、山形グループにおいては、地域の皆様とともに、地域課題の解決に向けた様々な取り組みを進めております。

長井市においては、デジタル地域通貨「ながいコイン」や、無人で運営可能な店舗「スマートストア」等、デジタル技術を活用して人口減少が進む中でも、誰もが安心して住み慣れた地域でいつまでも暮らすことができる「スマートシティ」の実現に向けて取り組んでおります。

また、一昨年豪雨による大きな被害を受けた置賜地域において、地域の3市5町とNTT山形グループが連携し、広域で防災に取り組むことにより、より効率的・効果的な防災の体制を構築していく取り組みを進めております。これまで培ったNTTグループの防災についての経験、ノウハウを、地域の防災強化のために役立てていきたいと思っております。

このように、山形グループでは、持続可能な地域社会の構築に向けて、様々な取り組みを進めております。

最後になりますが、東北電友会会員の皆様の益々のご健勝とご発展を祈念いたしまして、ご挨拶とさせていただきます。

◎支部長メッセージ



山形支部長

鈴木 哲

人生百年時代に想う

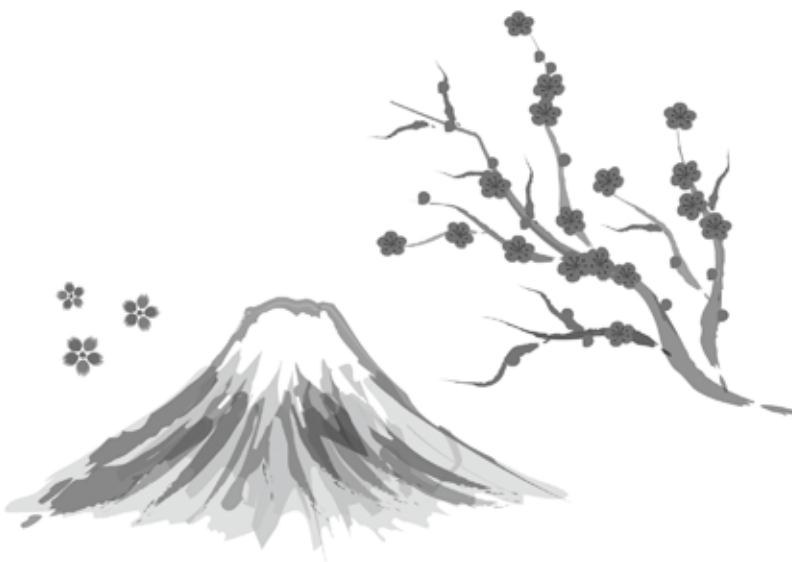
私が子供の頃は、平均寿命が60歳代半ばぐらいで、70歳まで生きれば大往生と言われたように記憶しています。それから約70年が経ち、その間、高度経済成長もあり、食料事情の向上、ライフスタイルの変化、更には医療技術の進歩等で、今は人生百年時代と言われるようになりました。私たちはその有難い贈り物とどう向き合っていけばよいのか。以前テレビ番組で、人生百年時代と聞いてどう感じるかという調査で、ワクワクすると答えた人(約4割)よりも、不安であると答えた人(約6割)の方が多いという意外な結果だったと報じられていました。皆さんはどちら派でしょうか。私はどちらかというところ不安派です。その大きな理由は健康寿命への不安です。いくら長生きできたとしても、自力で生活ができず、介護のお世話になるのであれば、その前に最期を迎える、いわゆる「ピンピンコロリ」が理想だとの思いがあります。ただ、理想どおりにならないのが世の常ですので、有

難い贈り物を無にしないためにも、健康寿命を伸ばす努力をしなければならないと思っています。

健康寿命を伸ばすためには、身体、健康維持と脳の衰え予防に努める必要があります。身体、健康維持については、多くの方がいろいろと工夫を講じながら取り組んでいると思います。私自身も医療機関とうまく付き合いつながりながら疾病の予防や早期対応に努めるとともに、畑作業やスポーツジム通い等で体力の衰え防止に努めています。もう一方の脳の衰え、いわゆる認知症予防については、いろいろな対策を講じていても、その効果が判りづらいことから、どうしても疎かになりがちではないかと思っています。ただ、厚労省のデータによれば、65歳以上で4人に1人は認知症かその予備軍だとのことですので、他人事と思わずに、本気で取り組む必要があるのではないのでしょうか。認知症の発症リスクを下げることや脳の活性化を図る対策は、テレビ等の情報番組や各種の書き物で、いろいろ取り上げられています。中でも注目したいのが、「人とかかわり」を持ち続けることが大事だということ。高齢になると家から出るのが億劫になりがちですが、できるだけ外出し、一緒に行動できる仲間を多く持つことの大切

さをあらためて感じているところです。

山形支部における各種サークル活動への参加者は、全会員の2割ぐらいと推定しています。会員の健康寿命を長らえるという観点からも、多くの仲間と一緒に行動できるサークルへの参加者をいかに増やすかが課題だと思っています。今後、サークルへの参加者を増やすためにも、その魅力向上に向けて、いろいろと工夫していかねばとの思いを強くしている次第です。



◆NTTグループ東北だより

◎みちのくYOSAKOIまつりへの参加

NTT東日本宮城グループは、5年ぶりの通常開催となった「第26回みちのくYOSAKOIまつり」に参加しました。当日は、天候にも恵まれ、OB・OGの方々を含め総勢45名が仙台市内4か所のステージで躍動感のある踊りを披露しました。



須藤事業部長



流し踊り
(定禅寺通り)



第26回みちのくYOSAKOIに参加！
NTT りんりん YOSAKOI 連

◎NTT東日本ふくしまの森プロジェクト

10月14日『「NTT東日本ふくしまの森」プロジェクト』として、相馬市松川浦において、クロマツの生長を更に促進するための雑草や雑木などの下草刈り作業を実施しました。

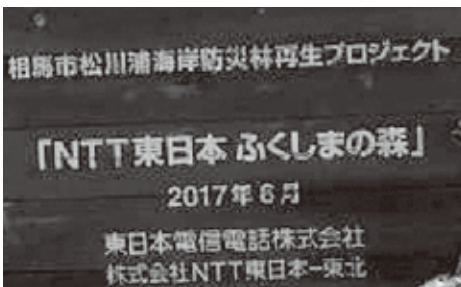


島山福島支店長あいさつ



黒滝総務部門長あいさつ

当日は、宮城事業部グループの社員、そのご家族、OB、グループ会社、東北マックスバドミントン部の総勢35名が参加し、透き通るような秋の青空のもと、A・Bふたつのグループに分かれて作業を行いました。参加された皆さん、暑い中大変お疲れ様でした。



最後に全員で記念撮影。達成感がにじみ出てます。お疲れ様でした。

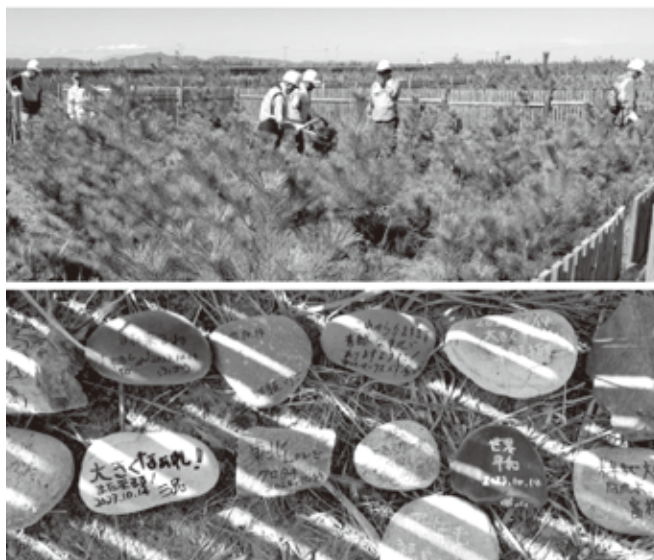
◎スポーツクラブ後援会情報

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いただきありがとうございます。また、「東北マークス（ベースボール・バドミントン）」後援会へ多くの方からご賛同いただき改めて感謝申し上げます。

ベースボールクラブは9月に開催された「全日本クラブ野球選手権全国大会」



ブラバンの応援



参加者の思いを、路傍の石にしたためて…。

に東北代表として出場致しました。1回戦で優勝候補のチームと対戦し、惜しくも敗退してしまいましたが、翌年に向け手ごたえを感じられる試合となりました。来年度こそ、念願の全国優勝を目指してまいります。



マークス
(野球全国大会)

バドミントンクラブは、11月16日から4日間に渡り佐賀県で開催された「S/JリーグII」に出場しました。3勝4敗で4位となり日本最高峰の「S/Jリーグ」への復帰は叶いませんでした。今年こそはS/JリーグII

で優勝し「S/Jリーグ」へ復帰できるように全力を尽くしてまいります。

引き続き、選手達への温かいご支援、熱いご声援をよろしくお願いいたします。



第二ダブルスペア
日光選手（左）浅原選手（右）



第一ダブルスペア
鈴木キャプテン（奥）荻澤選手（手前）



2023 S/J リーグⅡ
唐津大会



佐伯選手



高橋選手



澁谷選手（シングルエース）

— 忘れない。忘れてはいけない —

震災・災害コーナー



◎東日本大震災と私

気仙沼クラブ 菊田 皓

東日本大震災以来の13年間と地域との歩みを記します。

私は気仙沼市南部の階上地区^{はしかみ}に居住しています。震災では死者208名、流出家屋215棟、半壊197棟の被害がありました。

3・11当時、私は地区自治会長として避難誘導・避難所運営しており、階上中学校体育館に常駐し、3ヶ月間津波からの避難民1500人のお世話をしました。当時災害対策本部副本部長でしたが、そちらは行政に任せ、自治会長である私は地区に帰り地区住民のサポートをすることになり、住宅避難民への食料の配布、給水車手配、日用品衣料品の配布、避難困難者の巡回・防犯指示等に当たり

ました。

数々のエピソード体験談をとおり、次のような防災意識等の学習をしました。

①家族崩壊・今後の生き方・農漁業の復活と生活糧の心配

②防災インフラ（電気水道）防災防潮堤・漁港設備早期復旧

③仮設住宅早期建設

④高台移転宅地の確保・災害公営住宅設置用地の確保

⑤住民こころのケア・毎戸訪問・社協民生員の動員

⑥震災の後世への伝承活動

これらは「階上地域まちづくり計画提言書」で気仙沼市に提案、以後行政の計画に反映しております。

その後、階上地区振興協議会会長となり地区の窓口として市と交渉。住宅問題、防潮堤、漁港等の各種説明会が50回以上に及びました。

また津波瓦礫処理工場誘致。災害瓦礫搬送による騒音粉塵放射能の安全パトロールを行い交通渋滞と交通安全の委員会も設置して住民の安全に配慮しました。

NTTの方針で、災害が起こる前に事前準備として避難所になるであろう場所20ヶ所に回線を準備していたため、階上小に3回線、階上公民館に4回線、階上中に4回線の災害公衆電話を迅速に設置することができました。

ADSL（ネット用）衛星携帯電話3台もNTT気仙沼支店長が早急に設置してくれたので安否確認や本庁との連絡等、行政サービス面に反映され感謝されました。

地区では、高台に移ったため10年間で150軒から340軒に地区の会員が増え住民同士のコミュニティが盛んになってきました。

私は27年度より再び自治会長となり各種イベントで人を集め防災訓練では人のつながりに努めました。27年度には地区の人数が増えたため、集会所が狭くなり新設移転を要望。R4年に自治会館の設置竣工となり、コミュニティ作りに励んでおります。

交通面ではBRT（バス）が承認され、三陸道には防災避難道路として岩井崎ICを要望し設置されました。

震災前後の私は次の仕事をしておりました。

・H 19・20年度 契約社員NTT気仙沼支店
営業担当

・H 21・22年度 地区自治会長

・H 23・3・11 東日本大震災発災 避難所
支援

・H 23・26 地区振興協議会会長 復興支援

・H 24 震災後のNTT線路設備流出状況点
検確認4ヶ月、震災での不良施設点検及び
改良設計5ヶ月

・H 24・25 (株) ミライト 安全巡視員1
年間、NTT復興工事線路土木の巡視安全
指導

・H 26・R 1年度 電柱敷地料業務6年間
・H 27・29年度 地区自治会長

NTTで現役20年間保全業務に従事した経験を生かし線路土木設備の「津波流出設備を応急復旧する案」を提案させていただきました。更に震災で滞る電柱敷地料の支払い業務を支援できたことに生き甲斐を感じ、昔取った杵柄を生かしたことを嬉しく思いました。

私はこの震災で妻、義母、義兄を失い、13年間1人暮らしを頑張っています。幸い地区民の暖かい支援を頂き、また電友会の皆様的心遣いの励ましを頂き何とか生きてこれました。感謝に堪えません。

◎忘れない・忘れてはいけない

電友あさか会 水野 榮

93号では、防災に関する一般的な考え方を説明しましたが、今回は平時における具体的な対応を考えてみたいと思います。

【非常時持出し用品】

災害に備えて準備しておくものを考えてみましょう。自分には何が必要か想定（イメージ）して下さい。人によって持ち出す物は違います。持出し品は自分一人ですべてにします。多くすると持ち運びが大変です。しかし自身に係る物（常備薬・お薬手帳・メガネ等）や二度と再生することが出来ない物は必ず入れておいて下さい。食料品や水は備えて（保管）おくだけでなく、時々食べて足りないくなった部分だけ補充して下さい。

東北各県、皆さんの住んでいる地域、条件がみな異なりますので、同じ災害であっても受ける被害は違ってきます。



救急法を説明

行政から配布されたハザードマップで自分の住んでいる所はどの様な危険があるか確認して下さい。避難所に行くまでの経路も渋滞や通行止めになることがあります。正常性バイアス（自分に都合の悪い事は無視したり過小評価する気持ちのこと）に陥るのが一番危険です。

また、家族の安否確認方法も大事です。更にペットの居る方はペットの事も考えて下さい。ペットも一緒に避難所へ連れていくことになると思いますが、避難所には動物が苦手な方もいます。その辺も考慮しなければなりません。室内に入れなくて外に繋ぐように言われる場合もあります。出来れば古い毛布などを持参してペットをくるんであげることも大切です。



ケガの手当、止血等の指導

災害が発生すると、自分の住んでいるところだけでなく離れて暮らす大切な家族の安否も気になります。平常時にNTTの災害用伝言ダイヤル171の使用方法を確認して家族で共有することも大事です。



ハザードマップの作り方の講習

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

企業年金ビジネスサービス

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)

東北地方本部だより

東北地方本部事務局

◎支部長・事務局長会議の開催

令和5年7月21日、NTT五橋ビルにおいて集合方式で開催しました。本部理事会・評議員会模様についての報告、電友会会報94号の発行について、ボランティア活動功労賞の推薦について、ボランティア活動物品支援について、NTTグループ東北スポーツクラブ後援会加入について審議・報告が行われました。

また、アクティブシニア支援機構（ASO）から銅管柱の点検業務についての説明と協力依頼がありました。

◎文化活動協賛金運営委員会

令和5年9月4日、東北地方本部事務局にて開催し、令和4年度文化活動報告、令和5年度文化活動計画について了承されました。

また会議終了後、事務局から東北電友会会報への「年賀・暑中見舞い広告」の募集につ

いて提案があり、了承されました。

◎第33回電友会ボランティア活動賞の受賞

令和5年11月15日、本部主催の表彰式が「KRホテル東京」において行われ、高部会長から受賞者の皆様へ表彰状が授与されました。



東北受賞者

東北の受賞者は次の方々です。

○門口 雄さん（岩手支部）

「マスターズ水泳を通じたスポーツの普及・振興並びに高齢者等の健康増進に寄与」

現役時代を含め水泳競技選手として長年活躍し、その後岩手県水泳連盟副会長に就任。県内水泳競技の普及・振興に取り組んできました。退職後H29年にNPO法人「岩手マスターズ水泳協会」を立ち上げ、自らその代表となつて各種大会の企画運営に携わるとともに、県内各所でマスターズスイマーの指導育成等を行っています。水泳を通じて乳幼児から高齢者、更には障害者に対しても人々の心身の健全な発達に寄与するため、様々な活動



門口さん
（岩手支部）

を行ってきました。こうした活動が評価され平成24年9月に日本水泳連盟から有効章を受章しています。

令和4年9月の岩手県盛岡市を会場に開催された日本スポーツマスターズ水泳競技においては、地元開催として運営並びに競技にも中心的な役割を果たし、全国から参加した選手に大変喜ばれました。また岩手県勢は「総合第2位」となり過去最高の初準優勝に導きました。

○二藤部 隆さん（山形支部）

「ボランティア活動（防犯・消費者啓発・施設慰問）で生きがい、健康づくり」

NTT退職後の平成21年に町内活動として「防犯連絡員」を委嘱され、当初は学童の下校時の見守りを行っていましたが、その後年金支給時に近隣のATMでの注意喚起活動に令和4年まで取り組みました。こうした防犯活動が評価されて、令和4年6月に、地域防犯連絡協議会会長（山形市長）と山形警察署長の連名で表彰を受けています。

また、平成25年からは山形市消費生活アドバイザー及び山形県消費生活センターのサポーターとして応募・研修後、詐欺防止の講演活動を消費生活センターからの依頼で年2回行っています。また、防犯活動に加え、平

成26年からは「かしこい消費者の会へにつこ」を結成し食中毒・食品ロス・省エネ・温暖化等の消費生活の問題等についても月1回の例会に取り組みなど地域の振興活動に務めています。

防犯に関する講演での話術を向上させるため、腹話術の講習会を受講したことがきっかけで、講師と受講生の一部でボランティア団体「福和の会」（会員数15名）を平成26年に結成し、社会福祉協議会から要請された老人施設、知的障害者施設、いきいきサロン等への慰問活動を行っています。本人が得意とする演目は腹話術、南京玉すだれ及び手品とのこと。



二藤部さん
（山形支部）

◎恒例行事の中止

〈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）

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NTT」として、積極的に参加していきたいと思っています。皆様のご協力をお願いします。

◎物故会員の叙勲

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勲の荣誉に浴されました。

（叙勲） （支部名） （ご氏名）

瑞宝単光章 宮 城 小野 貞夫 様

瑞宝単光章 山 形 後藤 忠 様

（令和5年7月～令和5年11月）

◆ホームページを覗いてください

電友会情報のタイムリーな共有を図るうえで、各支部でも環境整備を行い、ホームページの現行化やリニューアルに取り組んでいます。お知らせや、行事予定、サークルや文化活動の紹介の場として積極的に活用していきますので、時々ホームページを覗いてみてください。