

# 各地区電友会だより



## 宮城

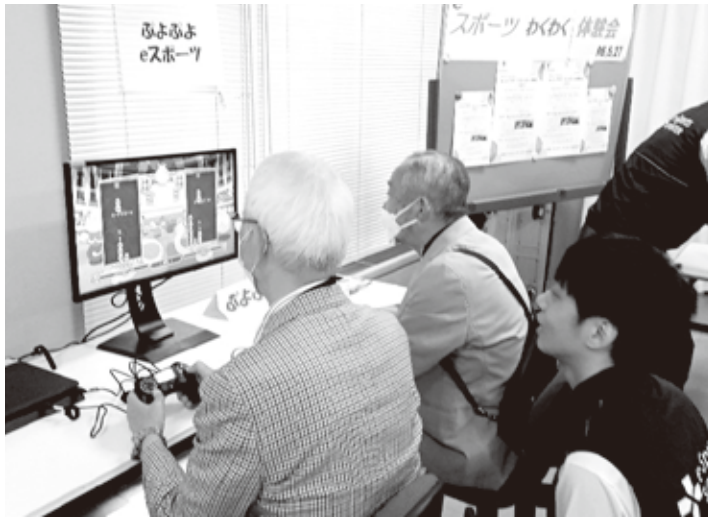
### ◆宮城支部



#### ◎NTT宮城グループ「OB・OG交流会」

令和6年10月23日、江陽グランドホテルに於いて開催され、約400名が出席しました。今回から開催会場を仙台会場1カ所に変更して行われ、各拠点からは送迎バスを準備していただきました。

冒頭、NTT東日本の須藤執行役員宮城事業部長からご挨拶があり、続いてNTT労組退職者の会宮城県支部協議会阿部会長の乾杯で始まりました。集約開催になったことに伴い、懐かしい仲間と久し振りの再会や現役の方々と交えた賑やかな懇親会となり、楽しく交流を深めました。



ビデオゲームと奮闘中

#### ◎健康寿命を延ばすためのイベント

##### ・第一弾「eスポーツわくわく体験会」

3回目となる高齢者の健康増進や認知症予防等に効果があると言われて、「eスポーツわくわく体験会」をNTT東日本宮城事業



総合優勝の沼倉さん(五ツ橋クラブ)



ホールインワン賞のビールをめざして

部の全面的な協力を得て5月27日にOB・OGサロンで開催しました。五ツ橋クラブ会員の他に石巻電友会、気仙沼クラブ、小牛田クラブ栗原クラブの皆さん26名の方楽しんでいただきました。

##### ・第二弾「グラウンドゴルフ大会」

令和6年9月26日、昨年が続いてグラウンドゴルフ大会をシエルコムせんだいで開催することができました。

各地区から45名が参加し、総合優勝は沼倉宏佳さん(五ツ橋)、準優勝は八木橋行男さん(仙南)レディース優勝は藤島和子さん(小牛田)レディース準優勝は男澤喜恵子さん(大



帰ったら孫と一緒に遊ぼう!

崎)でした。また、今大会も賛助会員各社様から多くの賞品を提供していただき、各賞や飛賞の賞品を充実することができました。ご協力いただいた会員各社様に感謝申し上げます。



宮城県内各地区から45名が参加  
熱戦が繰り広げられました

・第三弾「松島湾島巡り健康ウォーキング」  
令和6年11月17日に、五ッ橋クラブ「山の会」との共催で、「松島湾島巡り健康ウォーキング」を行いました。

3地区(五ッ橋、石巻、小牛田)から20名が参加し小春日和の中、心地よい海風を受け

松島湾浦戸諸島(桂島、寒風沢島、野々島)の素晴らしい眺めを満喫しながら4時間半ほどウォーク。昼食は新鮮で美味しい海の幸に大満足の一日でした。



新鮮な海の幸が盛りだくさんの昼食で満足



島から島への渡船に乗って



晩秋の松島をバックに  
ハイポーズ

### ◆五ッ橋クラブ

#### ◎文化講演会

令和6年9月5日、仙台市福祉プラザにおいて「令和6年度文化講演会」を開催し、80名が出席しました。今回は2部構成で会員が関心を持っていると思われるテーマにしました。

第一部は仙台中央警察署 交通課長の三浦清也様を講師にお招きし「ベテランドライバーの交通事故防止」と題して講演されました。ベテランであるがゆえに潜む落とし穴があることや、免許更新時の変更点など大変参考になるお話でした。

第二部は「実はどうなの〜認知症ぶっちゃけ話」と題して、杜のホスピタル・あおば理事長院長の鹿野英生先生に認知症に関する「認知症ある



鹿野院長による認知症講演



三浦課長による交通事故防止講演



ある」のぶっちゃけたお話を伺い、ユーモアたっぷりの話と内容にもやもやしていたものが大分すっきりした感じがしました。

2部構成としたため、ちよつと時間が足りなかった、もう少し詳しく聞きたかったなどの声が寄せられました。



人付き合いが認知症のリスクを低減  
皮肉屋さんは認知症のリスクが3倍かー！

◎理事会・幹事会

令和6年9月12日、NTT五橋2ビルにおいて、会報の手配りを担当している地区幹事を中心に48名の役員が出席して開催されました。高石会長の挨拶の後、大変な猛暑の中での手配りや、会の活動に関する意見交換が行われました。事務局からは、今後の行事予定やNTTグループ東北スポーツクラブ後援会

への入会、「私のあしあと」の提出、NTT-OB・OG交流会などについて周知しました。会議終了後は懇親会を行い、会報手配り時の出来事や会員への声掛けについて伝え合うなど、交流を深めました。

◎第11回会員作品展

令和6年10月29日～11月1日まで、東北電力グリーンプラザアクアホールにおいて「第11回会員作品展」が開催されました。

五ッ橋クラブの会員・家族の他、石巻電友会、栗原クラブからも力作が展覧され、絵画、写真、書、俳句、絵手紙、手工芸、など150点もの作品が展示されました。今回は会員の家族が制作した伝統工芸「会津唐人凧」の展示もあり、興味深そうに見入っていました。



多くの方が作品に見惚れました



第11回作品展の正面風景

初めて東北電力ビルでの開催で、来場者数は延べ996人(前回224人)。来場者からは、幅広い作品が整然と飾られて良かった。売ってくれるなら買いたい作品がある。いいものを見せてもらい有難う。など作品の素晴らしさに驚いていました。

会場では、久し振りの再会で話が弾む光景も見られ、正に「創る喜び、集う楽しみ」を十分に味わうとともに、明日へ向けて出発する作品展となりました。



作品出展者の皆さん

◎サークル活動

(1)はぜっ子クラブ

電友会はぜっ子クラブは、現在会員数は10数名です。釣船としては、亘理鳥の海、牡鹿半島小網倉浜を拠点に、仙台湾、田代島、網地島そして金華山を中心とした我々の漁場で活動しています。

年間スケジュールとしては、3月期はメバル釣り、3月～5月期はマコガレイ、6月～10月期はヒラメ釣り、11月～12月期は真蛸釣り、12月の忘年会、3月の定期総会となっております。

最近では海水温度の上昇、海流の変化などの理由により、昔釣れたマガレイ、アイナメは、全然釣れなくなりました。一昔前までは、マガレイ50枚前後が釣れクーラーいっぱいになり帰宅後の処理が大変でした。現在は南方系の魚である太刀魚、真鯛等が北上し、魚種に変化が表れてきました。

12月の忘年会、3月の定期総会を行っております。同一趣味の集まりであり、話が盛り上がり、酒の量も多くなり、閉店の時間も忘れるくらい、雰囲気は最高潮に達するのが常です。

電友会はぜっ子クラブは、会員を募集しております。初心者、女性大歓迎。魚種にに応じ

た釣り師がおりますので趣味と実益を兼ね、気軽に参加してください。

太平洋の大海原で魚を釣ることは、ストレス解消、命の洗濯ができます。是非、お待ちしております。

(2)五ッ橋フォトサークル

今年度第2回目の撮影会を9月4日に、県北西部の加美町にあり、花畑に季節の花々が咲く「やくらいガーデン」で実施しました。

当日は朝から天候も良く、大いに期待を膨らませながら、参加者5名が会員の車2台に分乗して、9時30分の開園時間に合うように向かいました。



R6年第2回撮影会  
(加美町やくらいガーデン)

ガーデン入口の前で、キバナコスモスの花畑の取材に来た「k h b東日本放送」の取材カメラマンの人と一緒に、我々の撮影風景を撮らせて欲しいとのこと、取材に協力するとともに、代表してMさんがインタビューを受けました。この取材映像は、その日の夕方の地域ニュースで放映されました。

その後、サルビアやマリーゴールド等の花々に彩られた花畑の丘に移動し、花畑を維持・管理しているおばさん達と話を交わしたりしながら、各自、思い思いの風景にシャッターを切り続けました。

あっという間に2時間近くが過ぎ、お昼の時間も近くなつたので、名残惜しみつつ撮影会を切り上げ、車で五分ほど先にある古民家の蕎麦屋で反省会(?)を兼ねながら手打ち蕎麦を食べて、仙台に戻りました。

翌週の月例会(毎月第2火曜日)では、参加会員各自の「やくらいガーデン」の作品を披露し、皆で評価し合いました。



R6年9月例会の選出作品(五橋第2ビル入口に掲示)



(3)五ッ橋山の会

今年度の山行は、恒例となった4月の「しばた一目千本桜花ウオーク」と「青麻山」からスタートし、5月のフィールドを山から海に変えての「浦戸諸島島巡り」と8年ぶりの「姫神山(岩手県)」、6月の「南蔵王・屏風岳」まで順調に進んできました。

また、6月下旬には「山旅第百号」達成を記念した記念誌の発行に合わせ、総会・祝賀会を開催して更なる充実を誓ったところです。

しかしながら、その後は台風や大雨、強風などの天候不良により、6月下旬から10月までの計画がことごとく中止を余儀なくされ、会員にとってはこれだけの期間の中止は今まで経験がなく、「手持ち無沙汰」ならぬ「脚上げ無沙汰(?)」状態が続きました。11月になり、ようやく気候も落ち着いて



山旅第105号表紙  
(姫神山 R6.5)

きて、昨年からは始まった宮城支部との共催による「松島湾島めぐり健康ウオーキング」を実施することができました(昨年は「鳴子・奥の細道健康ウオーキング」を実施)。

これからは寒さが増してくる季節になりますが、木々の葉が落ちて見通しが良くなることから、近隣の里山を中心に山行を楽しみたいと思っているとこです。



山旅特別号表紙  
(松島湾島めぐり R6.11)



山旅第106号表紙  
(屏風岳 R6.6)

◆仙南OB会

◎定期総会の開催について

新型コロナウイルスが感染拡大し、行動制限が緩和されたものの総会開催には慎重に対応してきました。R6年は、6月1日4年ぶりに定期総会を会員46名の参加で大河原町「ララ・さくら」にて開催しました。令和5年度事業活動報告・収支決算報告が承認され、続いて今年度の重要活動のひとつである「秋の日帰り旅行」(コロナ流行以前は一泊旅行を実施してきました)が、会員の

高齡化が進み日帰りへ変更)、予算案・支部主催事業への参加呼びかけ等を満場一致で可決され、新年度事業活動をスタートしました。引き続き会場を本館宴会場に移し、戸田会長のあいさつ後女性を代表して佐藤よう子様の乾杯で始まり、久し振りに会話できた喜びを満喫しつつ、明るく元気に親睦を深めることを参加者全員で誓い散会しました。



総会模様



久しぶりで～す

◎文化講演会の開催

令和6年6月1日、大河原町「ララ・さくら」において46名の会員参加のもと、講師に宮城県大河原警察署生活安全課の佐藤信哉様をお迎えし、文化講演会を実施しました。演題は、『特殊詐欺被害の未然防止について』でした。

- 講話内容は、
1. 能登半島地震に関する寄付支援金詐欺
  2. SNSによる投資詐欺
  3. ロマンズ詐欺
  4. 著名人の名前での勧誘・投資詐欺等



真剣に拝聴中！

講話後、会員から「親族がロマンス詐欺」にかかり難儀しているとの発言があり、会場にどよめきが！

詐欺被害の未然防止対策として、

- ① 電話の掛けなおしはしない
- ② 一旦電話を切る

などを行い、家族等と連絡を取りながら被害にあわなよう注意する事を確認しました。



解り易い説明でした

◎秋の日帰り旅行

10月5日、山形市内観光の日帰り旅行を実施しました。コロナ禍以前は一泊二日で実施してきましたが、4年間の空白は会員の高齢化が一段と進み、一泊での実施は困難なことから、日帰り旅行となりました。旅行会社に頼らない独自の視点での旅行企画です。

最初は、文翔館（旧山形県庁（国指定文化財）の見学です。ボランティアの語り部（偶然にも石巻市出身）に丁寧な説明をしていただきました。漆喰飾りの手の込んだ天井、豪華なシャンデリア、ドイツ製床などの材料など吟味されたものを数多く見て感動しました。



文翔館  
初めてみました



次に、伊達家とゆかりのある最上義光公記念館を訪れ、戦国大名の生き残りの様を感じることができました。

昼食はグッド山形で、自由昼食および地場産品の買い物を楽しみました。

最後は、寒河江市内の古澤酒造(天保7年創業)記念館へ移動し、館内を見学後大吟醸酒等の利き酒をし、その違いを体験しました。



古澤酒造 利き酒が楽しみ

車中においては、「マサコさん」のガイドや宮城の方言五七五について、その解釈クイズなどで楽しい一日を過ごすことができました。今後も健康で、元気に過ごすことを誓い、散会しました。

◎サークル活動

・グラウンドゴルフ愛好会活動

愛好会の活動は、4月から11月の間で年7回行っています。その中で、秋の大会を10月10日に12名の参加者で行ないました。結果は次のとおり。

- 優勝 永沢 晴男 準優勝 野口 輝満
- 3位 佐藤 康夫

大会終了後は、お互いの近況報告で楽しいひとときを過ごし、12月の最終練習に参加の約束をして解散しました。



いつも元気に!



狙うぞ、ホールインワン

◆石巻電友会

◎定期総会

令和6年6月20日、石巻市飛翔閣において開催され23名が出席しました。議事に入る前に物故者への黙祷の後、議長を選出し審議に入りました。議案につきましては満場一致で可決され、早々に懇親会に入り和やかで楽しいひと時となり、カラオケと「あじろ大漁節」の合唱で盛り上がりました。なお本総会にお



石巻電友会総会  
参加者全員で

いて長年石巻電友会の会長としてお世話になりました石垣正一さんが退任され梶谷浩一さんが新会長に就任されました。

◎文化講演会

定期総会に併せて文化講演会を開催しました。以前会員から要望があった「後期高齢者医療制度について」のお話を石巻市の保険年金課の早川様から丁寧な説明を受け理解を深めることができました。

◎ボランティア活動

令和6年6月8日「NTT東日本みやぎの森」プロジェクト東松島市海岸防災林の再



防災林下刈り  
参加者で

生活動について前回に引き続き下草刈り作業(ツルの刈り取り等)活動に石巻電友会から9名が参加しました。

◎サークル活動

(1)パークゴルフサークル

・例会は冬季間休止し、3月から月2回第1火曜日は石巻市河南P.G場、第3火曜日は東松島市矢本海浜緑地公園P.G場で実施しています。その他6月の退職者の会P.G大会、9月の電友会G.G大会、そして秋の三地区対抗P.G大会での優勝を目指し頑張っています。



三地区対抗P.G大会  
気仙沼パークゴルフ場にて

(2)フォトサークル

新たに、今野功一さんが加わり5名で活動

することとなりました。10月29日から開催する五橋クラブ会員作品展に出展しました。

副会長の塚本道治さんからも、自宅近辺で撮影した2点を提供していただきました。



重層門の秋



春の登校風景



◆大崎クラブ

◎秋の「研修旅行」の実施

10月3日、恒例の秋の研修旅行(気仙沼大島方面)を実施しました。8時30分会員17名の参加で、NTT古川支店をマイクロバスで出発。あいにくの雨模様でしたが、最初に気仙沼市東日本震災遺構・伝承館(旧気仙沼向陽高校跡)を視察。映写館では津波の恐ろしさ、寄せ波と引き波で地上の建物、海上の船等を破壊し尽くす様は、ただただ驚きです。

その後、4階建の校舎を視察、1階から3階の各教室は瓦礫の山です。特に3階の教室には乗用車まで流れ着いていました。将来にわたり、震災の記憶と教訓を伝え、警鐘を鳴らし続ける、目に見える証を視察しました。その後、気仙沼大島大橋を渡り、大島の民宿で食事。三陸の海の幸に舌つづみを打ち、一年間の話題に花が咲き、カラオケで皆さんの美声で大いに盛り上がりました。その後、気仙沼市魚市場を見学し旬の魚等のお土産を買い求めました。

帰路の途中で一関市の「館ヶ森アーケ牧場」を見学しましたが、閉館近くなり牧場の雰囲気を楽しむ暇もなく各々お土産を買い、午後

5時半に古川に無事到着しました。次回も元気で再会することを約束して散会しました。



館ヶ森アーケ牧場にて  
「来年また会いましょう」

◎サークル活動

(1)NTT古川OBパークゴルフ愛好会

昨年も前年同様真夏日が多く、日頃の成果を競い合う月例会「外も暑いが勝負も熱い」で燃え上がり熱戦を繰り広げました。

月例会開会式では、競技上の注意を省略(ローカルルール等注意点を要約したメモを総会時に配付)時間短縮を図りました。

交流大会では、毎週水・金の練習成果が現

れた結果となりました。

月例会と交流大会の成績は次のとおり。

- ・ 5月29日(三本木P G場) 21名  
優勝 男澤 秀一 準優勝 男澤喜恵子
- ・ 6月26日(ふれあいの森P G場) 21名  
優勝 中鉢 信子 準優勝 高橋房之助
- ・ 7月31日(三本木P G場) 23名  
優勝 青沼 幸雄 準優勝 阿部 憲江
- ・ 8月30日(ふれあいの森P G場) 20名  
優勝 千葉 政行 準優勝 男澤 秀一
- ・ 9月25日(三本木P G場) 20名  
優勝 青沼 昌裕 準優勝 菅原 武人
- ・ 第18回古川・泉 交流大会  
7月17日(三本木P G場) 34名  
優勝 菅原 祐子(古川)
- ・ 準優勝 鈴木 源一(古川)
- ・ 第20回古川・弘前 交流大会  
8月31日台風10号の影響により中止
- ・ 第19回古川・泉 交流大会  
10月15日(おおひら万葉P G場) 31名  
優勝 菅原 武人(古川)
- ・ 準優勝 高橋房之助(古川)
- ・ 第9回古川・石巻・気仙沼 交流大会  
10月17日(気仙沼市P G場) 44名  
優勝 内海 精一(気仙沼)
- ・ 準優勝 佐藤喜久雄(気仙沼)

「唯一無二」のこの一打、何で、思っているところさ打てないんだべ？この前は良かったのに！」などつぶやきながら、仲間とお喋りを楽しんで交流を深めました。



9 月月例会参加者  
「外も暑い勝負も熱い！」

(2) ボランティアサークル「桜友会」

「化女沼2000本桜の会」にボランティアとして参加しています。環境美化活動として4月から11月まで毎月1回化女沼周辺(1周約4キロ)のゴミ拾いに、多くのボランティアの皆さんが参加しています。最近ではゴミの

投げ捨てが少なくなっています。大変喜ばしい状況です。環境整備活動として、毎週早朝から2時間程度(年2回周期)で、桜の木の下草刈り、消毒作業、追肥作業を行っています。特に昨年は高温と降水量が多くて雑草の成長が早く、特にクズは桜の幼木を覆い、倒木させるほどの勢いで繁茂しますので雑草との戦いでした。



雑草と格闘中



下草刈り作業中

◆ 小牛田クラブ

◎ サークル活動

・ パークゴルフ愛好会

6月28日に59回大会を行いました。

・ 第59回大会上位入賞者

優勝 前原 一寿 準優勝 佐々木一孝  
第3位 川越 文男



強者が揃っています

今年度2回目の大会は9月29日に実施を予定しておりましたが、大きな大会が入った為、10月11日に実施しました。



・第60回大会上位入賞者  
 優勝 橋崎 隆二 準優勝 毛利 学治  
 第3位 伊藤 文明



パークゴルフ  
 大好きですよ

◆ 栗原クラブ

◎パークゴルフ交流会

昨年6月20日、小田ダム湖畔パークゴルフ場において、「春のパークゴルフ交流会」を電友会栗原クラブ主催・退職者の会栗原地区協議会共催で実施しました。当日は天候に恵

まれ、22名の参加者が水分補給と休憩をとりながら日頃の実力を十分に発揮し、和気あいあいとプレーを満喫しました。

同時進行で地元団体の大会が行われており大勢の方がプレーしていましたが、「ナイスショット!」の掛け声と笑い声は私たちが勝っていたように感じました。

交流会の結果は以下のとおりです。

- 男子 優勝 川村 幸雄  
 準優勝 二上 信昭
- 女子 優勝 佐々木 のぶ子  
 準優勝 鈴木 綾子



元気いっぱいの笑い声が聞こえてくるようです



パークゴルフ交流会  
 参加者

◎令和6年度セミナーの開催

昨年7月23日栗原市市民活動支援センター多目的室において、「元気なうちから始めよう!シニア世代のための健康づくり」と題して、令和6年度セミナーを電友会栗原クラブ主催・退職者の会栗原地区協議会共催で開催しました。

参加者は、会員27人と講師1人の合計28人でした。連日の暑さが続く中でのご参加、有難うございました。

講師には、栗原市市民生活部の保健師「久光星菜様」をお招きしました。

内容は、①健康寿命を延ばすために役立つ講話『フレイル(健康と要介護状態の中間)の予防』を中心に、フレイルチェックによる「歩行力・筋力UP」及び「食事の改善」の必要性を認識するとともに「社会参加」の大切さを学びました。



フレイルの予防について  
熱心に座学中!

②自分の健康状態を知るための簡易な体力測定「握力」「開眼片足立ち」「タイムアップゴー(歩行能力テスト)」を行いました。自分自身の「体力」を再認するとともに、童心に帰って競い合いながら測定を行い、楽しいひと時となりました。



フレイルチェック「椅子からの片足立ち」



体力測定「開眼片足立ち」何分出来るかな?

これからも「住み慣れた栗原でいきいきと自分らしく元気に生活し続ける」ために、大変役立つ内容で、講師に対して盛大な拍手が送られ、盛会裏に終了しました。

(電友会栗原クラブ 佐藤 匡彦)

つなげビジネス、  
ドコモビジネス。

d docomo  
business

NTTコミュニケーションズ 東北支社