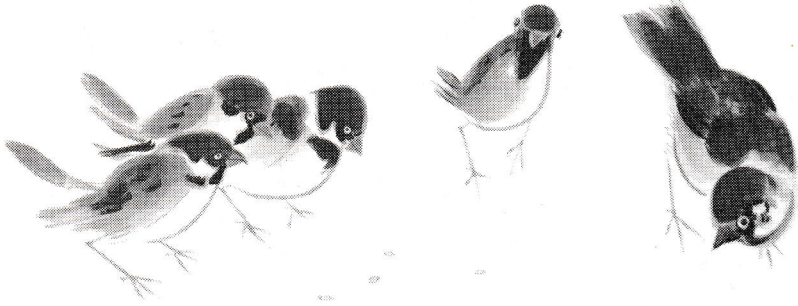


# 愛友会全国連合会報

第 36 号

56. 10



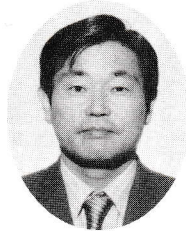
## 目次

教養講座.....	愛媛電気通信部長.....	二
ゲートボール.....	豊崎二三男.....	三
電退連総会.....		四
電退連事務局長打合会.....		四
電電徳島温古会臨時総会.....		四
徳島で文化講演会開催.....		四
事務局からのおしらせ.....		四
年金情報.....		五
共済会だより(宙).....		六
余 栄.....		六
訃 報.....		六
短歌・俳句・川柳.....		六
特 集.....近況通信.....		七
随 筆.....		二〇
内原 寅吉 栄枝 義実 下元 三男 鶴本 豊勝		
長谷川 茂		
編集後記.....		三

## 教 養 講 座

愛媛電気通信部長

安 部 孝



この一年間、毎日のように電電公社のことが新聞にのりましました。思いつくままに羅列しますと……資材調達問題、カラ出張の不正経理、間違いだらけの電話料金、料金明細書の発行、データ回線の開放、遠近隔差の是正、遠距離・日曜祝日の値下げ、電電の民営、本電話機の自由化、通信建設業者の認定審査基準の公表、……等数えあげればきりがありません。

悪い記事は大きくデカデカと、値下げ等の良いことは小さくチョッピリと……本当に癪にさわることの連続です。

総裁の言葉を借りると、悪意に満ちた表現で書かれるのは、世の中の人の大部分が電電公社を良く思っていない証拠だとの事。それにしても大げさに書かれすぎるようです。

今、私達にとって必要なことは、公社の信用の回復であります。通信局長を先頭に取り組んでいる「町の電話局」づくりは、端的に云えば、お客さんから信頼される電話局になると云う事です。

お客さんと最も多く接する部門の信頼がキーポイントになることは当然でしょう。特に営業窓口・線路宅内課の職員、通信コンサルタント、運用課や一一三の受付の職員達は応

対サービスの向上に頑張っております。色々な施策の浸透は「係長」から——昔も今も変わりありません。最近は係長会議を頻繁にもつようになりました。

係長は仕事の中心であり、又次の世代の管理者の卵でもあります。四国の管理者の年令構成を調べますと、五十三才がピークの逆ひょうたん型になっております。あと三、四年も経ちますと、その人達が一挙にやめて、現在の通信部の係長が大勢現場の課長になるわけです。その時のために、仕事の事は勿論、管理者のあるべき姿や人間的な魅力についても話をするようにしています。私はこれを「教養講座」と名付けておりますが、最近の係長会議の中から、二点ご披露したいと思います。(要旨のみ整理してみました)

## 日 本 舞 踊

## ◎日本舞踊の良い点

一、美人の先生が手をととり、腰をととり教えてくれる。腰を触ってくれるのは、トルコ以外では日本舞踊だけ。

二、若い女性とつき合えるので、年をとらない。

三、音楽に合わせて、適当な運動となる。四分程度で老人向き。老後にそなえて今からやってみたら。

四、覚えるためには、身体と一緒に頭を使うのでボケない。

五、大勢の人とつき合える趣味は心を豊かにする。(盆栽などは孤独になる)

## ◎ゴルフと比較すると

一、天候に関係ない。寒い時、雨の中でゴルフをしても風邪をひき、亡くなった老人がいる。

二、短時間の練習で良い。練習はせいぜい

三十分程度。ゴルフは一日がかり。

三、ゴルフはぼやきがある。スコアが悪い時、OBが出た時、ゴルフ場が混んでいる時等ぼやきが出る。日本舞踊は女性に囲まれていつも爽快。

四、頭を使うと長生きする。ゴルフは身体のみ。日本舞踊は頭と身体を使う。長生きするコツは頭を使うことである。肉体労働者は短命。悪徳政治家は何時にも金もうけのために頭を使っているの

## ◎歴 史

三百五十年前、出雲の念仏踊が発達した。舞踊を分解すると、舞はまわる。神の座の周りをまわる。踊はまわる。踊る。信仰に根ざしている。技術のほかに精神修養の目的もある。盆踊りは風流踊で精神修養の目的がないので日本舞踊ではない。

## ◎流 派

百七十流派がある。名取りの人員は、花柳流一五〇〇〇名、藤間流九八〇〇名、若柳流八〇〇〇名、西川流七五〇〇名、坂東流三五〇〇名、諸流(一六五流派)で二一〇〇〇名。

## ◎日本舞踊の音楽

三味線……琉球から三線(蛇皮線)が入ってきたのは、永禄五年。三味線音楽には、語り物(清元)と唄い物(長唄)の2系統がある。

## ◎代表的な日本舞踊

勸進帳、角兵衛、三番叟、汐汲、娘道成寺。

## ◎日本舞踊を習うための参考

○どの流派を選んだらよいか

習う者の好みに合った流派であること。  
○師匠は誰がよいか

信頼できる人柄で美人であること。  
○稽古

腰を落ちつけてじっくり習得する。A  
流からB流への渡り鳥はダメ。

○入門と月謝

入門料は月謝の一ヶ月分相当。月謝は街のお師匠さんで週一回五千円〜一万円くらい。お中元とお歳暮は月謝の一ヶ月分程度。

○名取

技芸が一定の水準に達した人。(七年〜十年の修業) 師範(弟子がとれる)になるには、更に十年の修業が必要。名取料は二十万〜五十万円程度が相場。

「ゆとり」とは

「ゆとり」とは感じることであります。物理的に時間があることではありません。従って暇な人でも「ゆとり」がないこともあるし、いそがしい人でも「ゆとり」があるわけです。

私のいう「ゆとり」とは、気持の中のゆとりになるわけです。

人間の生活を大きく分けて、仕事をしている時と、自分の時間というふうにしますと、まず仕事の時間における「ゆとり」です。仕事をしていたゆとりなどもないよ、とおっしゃる方がおられますが、私はそうではないと思います。

遊びながら仕事をする——という、言葉は悪いから別な表現をしますと、愉しみが、仕事ができるかどうか、「ゆとり」のポイントになるでしょう。

仕事にふりまわされて、「憂うつ」だとか「疲れた」と渋い顔をしたり、若いO・Lの中には「仕事はどうせつまらないんだから、勤め先はお金をくれる処と割切つて……」などという人がいます。

自分の、大半の時間をこうして費やしてうのは、人生をつまらないものにしてしまいます。やはりどこかで愉しまなければと思いますが……。

「ゆとり」を持つのに、他人とお話をし、他人の話をよく聴くということがあります。

この場合、自分の意見ばかりというのは、ゆとりがないことであって、お話したいへんうまいのだけれども、他人の話を少しも聴かないという人が、たいへん増えているのは、その人たちにゆとりがないのを示しています。

他人の話を聴くということは、その相手を「認める」ことであって、自分と相違する相手の存在を容認し、その代り自分の意見もよく聴いてもらって、つまり自分の存在を容認してもらおう、これが人それぞれの個性ある暮らしかたの一つの途でもありましょう。

要するに「ゆとり」というのは、自身のゆとりなのであるから、自分なりの感じかたができ、自分なりの考え方ができ、自分なりの選択ができ、自分なりに表現できる、ということどもの愉しさを知ることではないか、と思えます。

いつも他人の判断にふりまわされ、情報の奥底深く埋没したままでいて、自分なりのペースで進もうとしない人には、ほんとうの「ゆとり」は縁のないものになって了うでしょう。(下重暁子さんの講演集を参考にしました。)

## ゲートボール

豊崎 二二男

今年の三月ゲートボールの講習を受けてから地区の老人会の人達と練習をしている。初めはなんとなく力の這入らないゲームのように思っていたがルールが判つてみると結構楽しめるものである。六月上旬に横浜から電電OBみどり会の一行が四国観光旁々各地でゲートボールの親善試合をしながら徳島へも見えられた。一行は奥さん同伴の十人で二チームの編成であった。私のチームとも一試合をお願して大いに教えられるところがあった。このゲームは個人の技倆も必要だがチームの連撃の良さが勝敗をきめる。その点横浜のチームは奥さんが這入つての男女混合チームなのでチームプレーの良さは当然であるが奥さん連の若々しく美人で達人揃であったのに驚く。このゲームを常に楽しむところに若さを保つ秘訣があるのではなからうか。徳島から鳴門を経て淡路へ向われる予定と聞いた。ゲートボールの良いところは礼にはじまり礼に終ることを第一義として、ルールの厳正と共にお互の親睦を求めるものである。私は日も浅く技倆的にもメンタル的にもこれからが勉強であると思つているが上達するものやらあやしいものである。徳島の温古会会員の中で数人がそれぞれの地区で大いに腕を上げているとの風聞を得ているので、一度集つて話合つて見たいと思つている。四国の他の県の方も何らかの形でサークルに這入つていられるのではないだろうか。将来は親善のための交歓を持ちたいものである。

(電電徳島温古会会長)

## 電 退 連 総 会

電電公社退職者団体連合会では、六月十一日東京港区、麻布プリンスホテルにおいて、第十二回定例総会(兼理事會)を開催、四国連合会から泉会長が出席した。議題は次のとおり。

- 一、昭和五十五年度事業報告書承認の件
  - 二、同 収支計算書承認の件
  - 三、昭和五十六年度事業計画(案)承認の件
  - 四、同 収支予算(案)承認の件
  - 五、欠員監事選任の件
- 一、四についてはいずれも原案通り可決、五については、監事上野鷹之助氏死去に伴い、鈴木一恵氏が選任された。

## 電退連事務局長打合せ

五十六年度全国事務局長打合会議は七月二十八日東京・京橋会館において開催された。電電公社から秋本秘書課調査役、厚生課加藤補佐、共済課齊藤調査員、本部から行広会長をはじめ橋本副会長、今井常任理事および各地方団体事務局長が出席し次の議題等について打合せが行われた。

- 一、恩給・共済年金改善関係について
- 二、五十六年度公社への要望事項について
- 三、生存者叙勲関係について
- 四、五十六年度以降の収支見直しについて

公社側ご出席の方々から関係事項の内容についてご説明があり、活発な質疑のあと有意義に閉会した。

## 電電徳島温古会臨時総会

六月三十日電氣通信共済会主催の文化講演会終了後の午前十一時から会員一〇二名出席のもとで開かれた。

冒頭、物故会員に黙悼を捧げ冥福を祈った後、豊崎会長のあいさつについて、昨年の定期総会以降の会の動き、本年度の年金改善状況、五十七年度の年金改善陳情内容などの報告、その他連絡事項の周知を行い、会員相互の連けいを一層深めた。

続いて昼食を共にしながら懇談に入り和気あいあいの裡に午後一時三十分散会となった。

(南峰記)

## 徳島で文化講演会開催

梅雨晴の六月三十日徳島市蚕糸会館において、電気通信共済会主催の文化講演会が開かれた。

NHK徳島放送局副局長の福岡将八先生が、「おしゃべりの楽しさ」と題して、上手な対話の仕方は、「相手に解り易く話すこと」「相手に気持よく聞かせること」である。解り易く話すことは、容易にできるが、気持よく聞かせる、相手の聴覚に気持よい響きを与えるよう聞かせることは難かしい。端的にいえば、「ほめる」ということである、と強調され、軽妙な話ぶりで一時間三十分わたって、百十余名の出席者に大きな感銘を与えた。

私も毎日の生活の中で、人と人との関係は、対話によって成立している。下手な対話の仕方は、よい人間関係をそこねることにもなる。従って対話が上手か、下手かは、その人の生活様様を大きく変えることにもなる。最近家庭における親と子の対話不足が、と

かくいわれている。また姑と嫁、職場における上司と部下の関係も同様である。この「相手に気持よく聞かせる」「ほめる」ということが、これらの人間関係の改善に如何に役立つかを、あらためて認識させられたものである。

私も日本人は、どうも「ほめる」ことに消極的である。これは減点主義的発想にもとづく欠点、短所をチェックして、矯正するという態度によるものであろう。

私自身もその傾向が強い。反省させられるとともに、もっと積極的な姿勢で、のぞみたと思った一人である。

(南峰記)

## 事務局からのお知らせ

## ○ 昭和五十六年度各県の会総会

本年度の総会は次のとおり開催の予定です。

愛媛 十月二十八日(水) 午前十時半

松山市道後 松山郵便貯金会館

徳島 十一月十一日(水) 午前十時

徳島駅前 阿波観光ホテル

## ○ 保険料控除申告書等の提出について

今月は保険料控除申告書の提出月です。扶養控除等申告書を提出した方で当年中に支払った保険料がある場合は、十月五日までに四国電気通信局厚生課共済係あて提出してください。なお余白に年金証書記号番号と自宅の電話番号を忘れないよう書いて下さい。

年金情報

昭和五十六年度共済年金改善内容の概要について前号でお知らせしましたが、今回は高額所得者に対する年金の一部停止について述べることにします。

高額所得による年金の一部支給停止の取扱いは、昭和五十四年法律第七六号により、昭和五十五年一月一日以降の退職者を対象とする内容で定められましたが、同日前の退職者との均衡を図る面から、今年度の法律改正（昭和五十六年法律第五七号）で、昭和五十四年一月三十一日以前の退職者も適用対象者に加えられました。しかし昭和五十四年一月三十一日以前の退職者については、一部支給停止後の年金額が、昭和五十七年五月（実際に一部支給停止が開始される月の前月）における年金額を下回る間は、従前の年金額（昭和五十七年五月における年金額）が引き続き支給されることになっています。

なお高額所得による年金の一部停止の概要は次のとおりです。

一、対象者

高額所得による年金の一部支給停止の対象となる方は次の方々です。

- (一) 退職年金又は減額退職年金以外の所得金額（別表の備考\*1参照）が六〇〇万円を超え、かつ新法期間（昭三一・七・一以後の共済組合員であった期間）に係る退職年金の額（減額退職年金の場合はその基礎となる退職年金の年額）が一二〇万を超える七〇歳未満の方。
- (二) 恩給期間（官吏、軍人等の期間）を有し、退職年金以外の課税総所得金額（別

表備考\*2参照）が六六〇万円を超え、かつ恩給期間に係る退職年金が一四九万円以上の方（七〇歳未満の条件なし）

(注) (一)の双方に該当するときは、双方の適用を受ける。なお減額退職年金受給者は(二)の適用を受けない。

二、一部支給停止の開始年月と期間

高額所得による年金一部支給停止は、前述した金額に該当する所得金額又は課税総所得金額となる収入のあった年（退職した年を除く）の翌年六月（注）から翌々年五月までに支給される年金について行われ、該当する所得がある場合この扱いは、前記一の(一)該当の方は七〇歳に達するまで、同(二)該当の方は終身継続する。

(注) この年月に該当する最初の年月は、昭和五十七年六月となる。

三、一部支給停止額

(一) 前の一の(一)に該当する方の場合  
一部停止額＝一二〇万円を超える新法期間に係る退職年金の額の $\frac{1}{2}$ 。なお減額退職年金の場合の一部停止額は、前記額に減額退職年金の額の退職年金の額に対する割合を乗じて得た額となる。

(二) 前の一の(二)に該当する場合

次の式により計算した額のいずれか低い額が一部停止額となる。

$$\begin{aligned}
 & \text{ア} \left\{ \left( \text{恩給期間に係る年金以外の課税総所得金額} \right) - 809 \text{万円} \right\} \\
 & \left( \text{恩給期間に係る退職年金額} \right) \times 0.2
 \end{aligned}$$

イ 恩給期間に係る退職年金額 - 149万円  
ウ 恩給期間に係る退職年金額  $\times 0.2$

別表備考

\*1 所得金額とは、年金以外の所得税法にいう給与と所得の金額から各種所得控除

\*2

課税総所得金額とは、年金以外の所得税法その他の所得税に関する法令の規定により計算した課税総所得金額（\*1の所得金額に利子所得、配当所得、不動産所得、雑所得などを加えたもの）をいう。

（基礎控除、配偶者控除、社会保険料控除、生命保険料控除など）の金額を控除した金額をいう。

高額所得を有する年金受給者に対する年金の支給停止の概要

適用区分		区分	昭和54. 12. 31以前の退職者の場合	
新法期間部分	対象者	所得金額	前年の所得金額が600万円を超える方	
		年金額	新法期間に係る年金額が120万円を超える方	
	停止額	退職年金	120万円を超える額の $\frac{1}{2}$	
		減額退職年金	上欄の額 $\times$ $\frac{\text{減額退職年金の額}}{\text{退職年金の額}}$	
従前額の保障		上記の一部支給停止後(昭57. 6以後)の年金の年額が、昭57. 5. 31における年金額よりも少ないときは、その時点の年金額(従前の年金額)が保障される。		
恩給公務員期間部分	対象者	課税総所得金額	前年の課税総所得金額が660万円を超える方	
		年金額	恩給期間に係る年金額が149万円を超える方	
	停止額	年齢	終身	
		停止額	次の①～③のいずれか低い額を停止する。 ① $\left\{ \left( \text{恩給期間に係る年金額} + \text{年金以外の課税総所得金額} \right) - 809 \text{万円} \right\} \times 0.2$ ② 恩給期間に係る年金額 - 149万円 ③ 恩給期間に係る年金額 $\times 0.2$	
従前額の保障		新法期間部分と同様の従前額保障がある。		

共済会だより (五)

電気通信共済会四国支部 福祉相談所

◎援護のお見舞金を贈呈します
心身障害者などのご家族に、今年度も援護のお見舞金を贈呈することになっています。
受付〆切りは十一月十日です。
詳細は、「電電四国」七月号に掲載していますのでご覧ください。

◎お子さんの勉学に 育英資金をお貸しします

一、貸付対象
公社、全電通、会に永年勤続した退職者及びその死亡した方、並びに在職中死亡した方等の子で学資の支弁に困難な方
二、貸付内容
高校 月額 一万円
短大、高専 月額 一万五千元
大学(自宅通学) 月額 一万五千元
大学(自宅外通学) 月額 二万円
三、返済方法
卒業の翌月から高校は五年以内、大学は十年以内で半年賦又は年賦で返済していただきます。利息は年三分です。

◎OB大学(園芸科)の皆さんへ

正月盆栽のつくり方
申込み〆切りは十一月四日です。
教材の準備の都合もありますので期日までに申込んで下さい。

◎「趣味の作品展」の実施要領を 次のとおり変更します

さきのご案内では、月毎に作品種目を指定し、展示することにしていましたが、飾付けの都合や、いろいろな作品を組合せて展示する方が、バラエティーに富んでよいのではないかと思われまますので、作品種目は限定せず何時でも受け付けることに改めました。大ぜいの方がたの出品をお待ちしています。
なお、出品作品の搬出については、その都度出品者にご連絡することになります。

余 栄

ご逝去されました左記の方々に対し多年電気通信事業に貢献されたご功績により叙位叙勲が行われました。
正七位勲八等旭日章(五六・三・九)
故 山 本 義 和 殿(高松)
従六位勲五等瑞宝章(五六・四・六)
故 小 島 諒 殿(高知)

訃 報

次の方が亡くなられました。謹んで哀悼の意を表しご冥福をお祈り致します。

Table with columns: 氏名, 死亡月日, 行年, 所属. Rows include 田窪 実殿, 森田 秋寿殿, 久保美太郎殿, etc.

短 歌

藤 田 基 孝 (宇和島)
戦はずここに沈みし戦艦陸奥伊保田の沖に霧静かなり

俳 句

高知やまもも句会

湖わたる風をりをりに姫女苑
流木の浮きて動かず秋の湖
合欵の実の湖畔の昼の静けさよ
早明浦の蝶の命に秋早し
湖を裁つモータボートの水尾涼し
栗は実に湖の朝明けにけり
秋の雨あがり雲湧く山の湖
湖近く棲みてはやばや秋の蝶
白蓮や巖を走る寛水
連山にこもる朝霧うすれゆく
唐黍のそよぎに明るる山家かな
湖の雨晴れてきし蟬時雨
流木に水鳥遊ぶダムは秋
秋蟬や湖に影おく「水の塔」
桜紅葉渚に散らす湖の宮

川 柳

合 田 勇 (松 山)

今日も無事暮れた感謝の酒肴
値は問わず孫へ土産の苺買う

## 特 集

## 近況通信



鵜久森 春 信 (松山)

光陰矢の如しと言われますが、月日の流れは誠に早く公社を退職して二十一年の歳月が夢のように過ぎて行きました。

退職後は、公社工事の下請け会社に勤め、三年前に退社しました。

私は極めて無趣味で、朝夕の野外散歩と、近くへの小旅行のほかは、テレビと新聞をくまなく読むことで、ニュースを知り社会状況を察知することにしてはいますが、求めて外に出るといふことは少なく、毎日の風呂わかしが日課になっていて、時間の合間をみて薪割りとその整理に汗を流しています。

家族は私達夫婦と息子の三人暮しですが、一番痛切にこいねがっていることは、健康で長生きすることです。

遠藤 正義 (高松)

昨年二月初め喉頭がんで入院三月末に退院したが、現在引き続き通院加療中である。当初はがんといっても米粒程度のもので、ちよいと撥ねれば治ると安易に考えていた私も、入院して日が経つに従いがんの恐しさを知らされた。治療はコバルト照射と注射・服薬。加えて食道・胸部・内臓の検査も随時行われてきたが、一年半を経た現在、肝臓検査をうけている。検査は、血液検査・R I検査が終つて来週はF2検査が行われる。従来は検査に比し念入りの検査に結果に対する不安は否め

ない。

「早期受診、早期治療、病気の軽視は禁物しかしし神経質になるな」と考えていたが、療養生活も長びくと医師の一言に一喜一憂しつつ次第に病気に對する危機感がうすらぎ日常生活も大胆になってくる。反省を含めて入院前後のメモを開いてみる。

(元旦) 今年長男一家が帰宅し賑やかな正月であるが、風邪気味で孫の相手が煩わしい。(八日) 通信病院へ、診断は風邪。(三十日) 風邪は治ったようだが、喉の調子が治らない。中央病院へ、二月五日に精密検査の指示あり。(二月五日) 検査の結果腫瘍の疑いあり、七日入院の指示に対し延期を申出るも叱責される。(七日) 入院、六人部屋で隣床はF氏、ベッドの下に碁盤がある。数日前に入院の由、同じ症状だが、喉の変調は昨年夏頃からという。(二十一日) F氏が手術の宣告をうけた。家族の説得も聞き入れず手術を拒んでいる。(三月一日) コバルト照射二〇回。発熱もなく幸である。三〇回の結果をみたいとの診断。(五日) 経過は良好の由。F氏は手術を拒否している。同室の昇天者が三名になった。冥福を祈る。(十三日) コバルト照射三〇回終了。暫く観察し措置をきめるとの診断にショックをうける。(二十六日) ベット不足のため一時退院の指示あり。(二十九日) 退院帰宅、一時退院では不安のみが大きくなる。体温三十八度に上昇。病院へ帰りたい心境になる。(三十一日) 来客多し。しかし体温は平熱となる。

ちに手術をうけたが、すでに胸部へ転移し家族には不治の宣告があったそうである。その後月に一〜二回はF氏を見舞ったが、今年五月に見舞ったのがF氏(五十三才)との最後の別れとなった。

医学の進歩はめざましいが、がんについてはその原因が解明されず特効薬もないらしい。治療は、現在まで進められてきた研究によって手術、放射線、化学療法が併用されているが、不治の病の域からは脱し切れないようだ。F氏の病状経過を見て「早期検診、早期治療、医師の指示は忠実に」を改めて痛感させられている。

香川 準一 (高松)

病気に對する永い間の不安から、やっと解放され今年四月から老人会の方々と毎週土・日曜に三時間以上もクロロケイ練習に参加しています。このクロロケイは昨年春から始めたものですが、暑い時、寒い時は不安で休んでいました。というのも不整脈と胸部圧迫感があるためでした。然し不整脈は消え正常になり、又圧迫感も最近なくなり猛暑の今夏も他の人と共に練習に汗を流していますが、苦痛もなく喜んでいきます。

これには次のような経緯があります。

昨年六月初め会員の北村辰巳氏が見舞に來られ、神の絶体的尊厳を説かれ、人間は神の分霊であり心に向って祈念することにより必ず治癒すると教えられ、毎日般若心経を唱え祈念しており、又月一、二回来宅祈願と度々電話祈願を続けていたでいますので、神を信じることにより心の不安が除去されたことが第一と思っています。

また心臓の薬は昨年十月頃から服用してお

りません。これはある記事に心臓の薬は効かないか、効いても副作用の強いものが七〇種もあるということがあったからです。不整脈が消えたのはそれから後のことです。

さらに老人会の存在です。私は役員もしていませんので、会の人達も心配され無理は禁物だが適度な運動は必要で、太陽を浴び外気を吸い会員と談笑しながらクロッキーに熱中することが何よりの薬である、病は気からと言われているのだから元気を出して参加するよう奨められ、動くことに意欲が出たことも現在の状況をつくる大きな力になったと感謝しています。

以上の体験は個人差もあり皆様の参考にはなりません。要するに病気に對する心の不安を何等かの方法で除去し、適度な運動と地域の多くの人達との交遊を深め、とかく孤独になりがちな老人から脱皮することが健康の第一要素ではないでしょうか。

鎌田 茂 (松山)

過ぎ去る時は早いもので、公社を定年退職してはや十七年を過ぎ、この間昭和四十五年四月頃から、電話工事に勤務し、老夫婦元気で老後を楽しみに暮らしていました。五十一年二月二十六日の明け方、妻が突然急病にかかり、医師を迎え病名のわからぬままに、数時間のわずらいで亡くなり、ただぼう然としていました。その後仕事も手につかず、六カ年で業者の仕事もやめ、昼間は家で孫二人と遊び淋しさをまぎらしていたものの、夜になると淋しい毎日でした。ふしあわせは続くもので、今度は五十二年七月二十二日の明け方、私の体調がくずれ、日赤病院へ入院、色と検査の結果盲腸と診断され、手術の結果

手遅れで入院も長びき、入院中手術室へ三回も行き大変でした。付き添い看護は、家の息子の嫁がよく見てくれたお陰で私は幸せでした。ようやく長く苦しい病院生活も終り、十二月三日で退院できました。入院生活で一つ良い事には、あれほど好きだった煙草をやめることができました。

色々な出来事をお話しました。私の趣味は畑の草取りや野菜作りの楽しみ、余暇を見ては近くの金毘羅さんへのお参りです。毎日金毘羅さんの長い石段を昇り降りし、足腰を鍛えて健康保持の為に続けています。お陰様で毎日の食事もおいしくいただけます。

健康で喜寿を迎える幸せ  
仏壇の妻に知らせる喜寿祝い

賀本 寿栄 (新居浜)

喜寿をむかえ、故郷がひとしおなつかしくなる。三十数年におよぶ住みなれた松山を後にして、郷里新居浜へ今年五月に帰ってきた。ふるさとの浜の夕映えは、昔のままとても美しい。しかしあの広々とした塩田跡は、今では鉄工団地になり、そこには鉄筋建築の工場が、まばらに建っている。それから幅員二〇米ほどもある立派な道路が通り、街は近代的に装われている。

ひとは誰もが健康を望むものである。元気であってこそ、長寿が日度度もあり、素直に喜べます。しかし足腰は、齢とともにおとろえ、また暑さ寒さも原因して、戸外へ出るのが日毎に減る。結局身近のテレビと仲よし時間が増える。これではいけない、たとえジョギングは無理としても散歩でもせねばと自ら言い聞かせ、また反省もする。

七月の晴れた日の早朝、団地内の公園を歩

いていると老輩二、三人と会ふ。「帰られたか」「ちと話においてませ」と声をかけられた。一瞬誰だか憶いだせない。「あなたは……どなたさんでしたか」とテレ笑い、「お宮の近藤で……」「郵便局の日野ですよ」「ああそうでしたか」このような会話のあと「あの友……」「この友？」次からつぎへと話題はつきない。おおらかで人柄もよい、これを機会に孤独にならないよう、また体づくりに努め、充実した日々を送ろうと考えている。

黒田 勇 (松山)

今年喜寿を迎える年となりましたが、振り返ってみますと公社を退職してもう十七年が過ぎました。

私の仕事は土木工事で、当時の作業工具はスコップとツルハシでコンクリート練りも鉄板の上でやったものです。最近の工事は線路近代化といって、不思議の国で魔法の術を使って瞬時に完成して仕舞うように思え、技術革新の現状に目を見張るばかりで本当に頼もしく感じています。

退職後の十年位は元気で、時には土木工事の現場監督に囑託として勤めたりしていました。四十九年八月胃潰瘍のため半年程療養し、回復後は旅行を楽しみ長野善光寺、出雲玉造温泉などに行きましたが、香港の旅は思い出に残る懐かしいもの一つでした。

処が五十四年七月道路上で自転車に衝突された際膀胱に障害を受け、手術の結果尿管機能が不能となり、体外に尿管袋を取付けざるを得ない不健全な状態を余儀なくされ、楽しみの旅行は断念せざるを得ない有様となりました。

目下の処は毎晩一合の晩酌で気分が浮かれ、



昔の歌など口ずさんでいると踊りたい気になります。が、気のみで体がついて来て呉れませんで、自然ラジオやテレビに興を求めている毎日です。

合 田 勇 (松山)

早いもので私も数え年七十七才、喜寿をむかえました。現在祝谷に自宅を新築中で十月完成の予定です。電話局に勤務している息子もはや三十五才になり、自分達家族も含めて六人世帯です。で子供達の将来も考え、息子が新築を思いたち何もかもすべて取りしきって頑張っており、私は老いては子に従えの諺通り相談役としての立場におり、蔭ながら見守っています。息子達は子供の学校の関係もあって祝谷に家を借り完成までそこに住みますが、私達夫婦は丁度娘婿が徳島へ転動し、鷹の子の家が空いたのでそこへ移り、留守番を兼ねて住まっております。

健康法の一つとして庭に畠を作りトマト、茄子、胡瓜その他いろいろの野菜作りを楽しみと張合いを感じながら精を出しています。植木の手入れ、草抜き等、早朝の気持ちよい空気を吸って家内と頑張っております。月に一度は徳島から娘夫婦が帰ってきてくれるので、その時は息子等家族四人と孫夫婦等総勢十二人がテーブルを囲み楽しく歓談しながら食事をします。賑やかでかつ和やかな一夜が何よりの楽しみです。

喜寿むかえ趣味を生かせし張合ひに  
いそむ我の日は短し

莊 野 孝 (内海)

一昨年の秋、突然無痛なのに鮮血の尿が出て驚き、高松通信病院で相談したところ、香

川県立中央病院を紹介していただきました。診断の結果は膀胱腫瘍で、すぐ入院、精密検査を行い手術を受けました。まだ初期であったので癌の心配はないが、再発率が高いので退院後も毎月診断を受けるよう指示されました。こんな病気は私には初耳でしたのに、入院してみると六十才以上の老人ばかり同じ病名の患者が多勢入院していました。

入院中のつれづれにお互が自分の病気の状態など語りあっているうちに、再発入院の人が多いこと、あまり痛まないで手遅れの人が多いこと、退院三ヶ月ではや再入院、長い人は三ヶ月以上も入院していることなどに驚きました。

人間は勝手なもので、医師から早期手術で経過は良好といわれると、自分はこれで完全に大丈夫だと信じていました。ところが昨年の丁度一年目の秋の検診で、再発入院手術といわれたとき、早期手術をして先月まで経過良好といわれていたのに、何度も何度も質問自答してみたら、現実はいたしかたありません。またも入院手術、勿論早期の措置だから他の人よりは軽いと医師はいってくれるものの、二回目の入院のとき、前から数回入院を繰返しているAさんが、一人歩きができず奥さんの肩にすがって歩いている姿を見かけ、気の毒でそっと避けて通りましたが、膀胱を切取った直後であったかと思えます。

入院していると聞きたくもない話が聞こえてきて、前回入院中、膀胱を取って毎日病院の廊下で歩行練習をしていたBさんは亡くなったと聞きました。

病院の白いベッドの中で、パラパラと降ってくる秋雨がガラス窓で水玉をつくりツツウと流れ落ちてゆくのを、味気ない気持ちで眺

めた再度の入院生活を思い出す。また今年の秋が心配になってくる。以上は私の病気の体験日誌です。

今の私はそんな病気のこととは考えず、毎日朗らかに暮らしていますが、体験から次のようなことを自分によくいい聞かせています。

無痛でどこからか血が出たときは早速専門医の診察を受けること、早期の措置はどんな病気でも治せる、一度の出血は止まったと思っても必ず再診を受けること、病気は一日一日進んでいるのが癌や腫瘍の性質であることなどです。

幸い私は絵を描くことが仕事であり趣味であります。制作にぼっとしているといつか病気のことを余り考えなくてすみます。病気に神経質にならず、毎日の生活のリズムをこわさないよう努力しています。肉体の健康管理も大切ですが、心の健康管理も大切であると思っております。

野 田 亦 治 (川之江)

公社を退職したのは昭和三十九年である。光陰矢の如しといわれるが、あれから十七年の歳月が流れ、その間別に変ったこともなく今日を迎えることができたことを感謝している。退職後は、近所の友人の畑を借り、草花をつくり盆栽の手入れなどして楽しんでいますが、今年は寒さがこたえ、開花もおくれ枯れる木もあって、哀れでならない。

家の宗旨は真宗東本願寺派で、毎日、朝晩仏壇を拝礼する慣わしがあり、春夏の季節には、五時に起床して仏壇を清掃する。この時期は雑草が茂るので、隔日に墓参して除草するのが当地方の掟である。墓地へは一三〇〇米ぐらいあり、三〇〇米余は山道で疲れもす

るが、参拝をすませて海を眺めながら深呼吸をする、疲れも吹きとぶ思いがする。墓参は私の日課になっている。

三宝会という老人会のお世話をしているが、年間十回の例会をし、五月、十月には会員から希望者を募集して、四国八十八ヶ所の霊場巡りの日帰り参拝をするが、バスの中では老いを忘れのど自慢もとび出す賑やかな旅で、皆からよるこばれている。

昨年からクロッキーをはじめ、体力維持に専念しているが、会員達も上達し、近日他市と交歓試合をする運びになり、女子も交じえて猛練習中である。私は巳年生れであるが、願わくばもう一回、達者で巳の年を迎えられたいことを念願している。

#### 土方義夫(高松)

妻を亡くしてはや五年が経過した。昨午子供が松山へ転動したため、目下、松山で十日高松で二十日位を過している。その間電電OBグループでの小旅行、植木花類の手入れ、俳画の勉強等々で日々を過しているが、やはり高松での一人ぐらしはなんとなく淋しいもので、話し相手、心の友として、妻にはもって生きていてほしかったと思っている。生きていては、とかくその存在を忘れがちであったが、独りになった今日妻のありがたさを感じている。

当初、近くの医師は「たん石」と診断していたが、高松病院で手術の結果「たんのうガン」で既に手遅れの状態であった。毎年町村で行う胃の検査を受けていたが、「たんのうガン」は察知されず、手遅れになったことは真に残念であった。

通夜で三十五年間喜び、悲しみを共にした

思い出が走馬灯のようによみがえり、涙がとまらなかつた。やっと経済的にも精神的にも安定し、これから楽に余生を過せる時期に亡くなったのは悔んでも悔みきれない気持ちである、しばらくは魂が抜けたように何をすることも気がなくなつたが、日の経つにつれ、また困りの人々の温かい慰め、孫のあどけない笑顔等々に支えられ除々にあきらめの心境に達し、どうやら元氣をとり戻したのである。

既にいわれているように早期発見、早期治療が「ガン」の決め手であり、自覚症状が出たら病院へ行っては手遅れである。

夫婦どちらが亡くなっても残った者は、いくら経済的にめぐまれても精神的に淋しい余生を送らねばならない。せめて平均寿命まで夫婦そろって健康を保ち、楽しく余生を送られるよう留意したいものである。

#### 松山久春(松山)

私は電電公社を昭和三十九年に退職し、はからずも知人のお勧めにより四国電話印刷株式会社就職することができ、八年間勤めさせてもらいましたが、また先輩のお世話で、電話印刷を退職した翌日から通信印刷機材松山営業所(本社大阪)に勤めることになり、現在もお統いて勤めています。

私が今年喜寿になったとの事務局からのお知らせ、本当に夢のように思いました。

仕事をもち、毎日一定の時間に起き、一定の時間に出勤する。これは長い公社生活からの連続であります。これが健康に非常に役立つと思ひます。老いてなお盛んなりといいますが、私は自分の歳を忘れ、なおなお良き年代を一層活力あるものとして生き続けることが私の念願であります。

## 随

## 筆

## 視力

内原寅吉(松山)



失って初めて知る親の恩、といわれるが失ってからその大事さを知るのは、あに親の恩のみならんやで、それを思い知らされることの多いこの頃である。

今年はじめ、無理をしたことから緑内障にかかり、入院手術をして片目の視力をすっかり失ってしまった。身体髪膚どこに欠陥ができてもしないわけではないが、目が見えないのは格別のようである。幸い片方の視力が残っているので助かっているが、こちらもやられたら大変だ。入院中両眼が使えなかつたときのことを思い出すとゾッとする。食べ物味が全くわからない。それどころか、第一食べることさえ他人をわずらわさねばならない。お箸を口へ正しく持つて行くことが難しいという事など、目が見えるときには思いもしなかつたことである。

こと程さように楽しみが少なくなるうえに、苦渋はふえるというわけで、しみじみと失われた視力への追慕と、それに至らせた不注意への後悔を思い知らされるところである。できるだけ酷使をしないように、せざるを得なかつたら後の休養に気をつけ、栄養補給をはかり、疲労の回復につとめるということ、からだ全体についても当然のことであるが、目の場合はとりわけその必要があるよう

である。それを重々知っていたいながら実行しなかった因果がめぐって、このようなことになってしまったのである。

健康保持についての諸注意は、知っていてもなかなか実行しにくいものである。然し、目についての注意は守ろうと思えば比較的守りやすいように思われる。

今後無理をしないわけにはいかないだろうが、疲労回復等の手当てに気をつけ、残った目を可愛がって、一生おつき合いを願わねばと考えている。

## 老人の釣

栄 枝 義 実 (高知)

生来私は釣が好きで、若い頃は休みがあれば海に、河にと出掛けた。昔は魚も多く、釣人も少なかった関係か、よく釣れた。最近海も川も汚れ、それに釣道徳も廃れ、人が居っても我先にと割込んで来て仁義もあつたものでない。

私もその一人かも知れないが、私達老人はついつい遠くへ追いやられて魚獲も少ない。それで人の少ない処を探して釣糸を垂れる時には面白い目に逢う事もある。自分の魚獲の多かつた事はよく覚えて又出掛けなくなる。

最近足腰の老化がはげしく川釣専門にぼつぼつ出掛けているが、今年近年にない鮎の豊漁で、近くの仁淀川や鏡川でよく、遠征するには及ばない。多くの子供達の中にも私の血を引いた好者でいて「おじいちゃん釣に行くかよ」と私をさそってくれる。

今年の五月のこと「仁淀川は五月十五日解禁となる、下八川の淵で鮎が釣れる」との話

で、早朝から息子と孫を連れて出かけた。朝が早かったので人もなく、よい場所が取れ釣初めたら段々と話を聞いた釣人が増してきてこの日はよく釣れた。私も昔の大漁の事を思い出して面白い程釣った。

息子の方は私の何倍も釣った。目方にして十疋以上も釣った。帰って隣にも分けたが未だに家の冷蔵庫に残っている。その後この淵も大ぶりで大漁して以来食いが止まったとの話である。解禁当時は面白い目に二、三回出合ったが、この頃は友掛に替えた。

もうこの歳であるから今年が最後かとあきらめている。自宅の間には朝倉老人会前会長窪田氏から贈られた立派な額縁に、同氏書の「朝起きて夕に顔わ変らねど何時の間にやら歳わ寄り津々」の式紙が掲げられている。

## 私の磯釣

下 元 三 男 (窪川)

先日写真を整理するうちに、足摺周辺に点在する釣場のスライドが見つかった。

あそこへはウバメガシの樹林を潜り、朽ちかけた梯子を伝って岩場へ出た。ここは断崖が続きまるでロッククライミングのようで、ロープが欲しかったなどと思いついた。

次には「白磐」が写った。観光釣場とも云われ、足摺半島で最も南に突き出た処で、従って黒潮の流れも強く、清水へ帰る漁船は岸スレスレに通過した。その都度竿を引込めたりした。又時にはイルカの群れが見られるなど楽しかった。

十指を越す釣場があるので、風向き、波の高さ、先客の有無など茶店の主人に聞いて行き先を決めたものであった。

餌はゴカイ、エビ、カニ、舟虫など自給自足が多かったが、それでも釣果はそれなりにあった。ここには漁の神様「竜宮さん」の祠が平らかな岩場に鎮座し、地元漁師達の信仰は厚い。沖に出た家族の航海安全を祈り、豊漁を願うおかみさん達の参詣が多いそうである。不漁の日が続くと「漁招き」が行われる。生活がかかっているだけに祈願は真剣そのもの、昔は男性には遠慮の際どい踊りが盛大に奉納されたとか。

こうして釣の訓練を受け窪川へ帰った頃には、磯渡しを業とする船も各所に出現し、琵琶湖産の冷凍エビや赤アミが大量に使用されるようになり、釣ブームの始まりである。

窪川、清水、宿毛、御荘管内の釣場にも頻繁に通うたりして、うわ物釣の主たる獲物「グレ」を近所や知人に配れる日も続いた。退職後は釣の為の軽四の走行メーターも年に一万Kを越した。然し沖アミを籠に詰めて遠投するようになってから、魚は沖の磐から更に沖へ出て地磯でヒラマサが釣れるようになった反面、肝心のグレはここ三、四年さっぱりで、岸壁でボラを釣る日が多くなったこの頃である。

## 藤堂高虎

鶴 本 豊 勝 (松山)

今治城が復元して松山城と同様に街のシンボルになったが、その城主であった藤堂高虎は二十一才の時、豊臣秀吉の弟秀長に仕え、天正十五年の島津征伐の時の功が秀吉の目にとまっていた。

性格は目から鼻に抜ける程の才智があり、狡智にも長けていたと批難する者もいるが、

その後の彼の一生に反映しているようである。秀長の子秀保死亡に際し、頭を丸めて高野山に籠った。五ヶ月後秀吉に呼び出され伊予宇和島七万石の大名に取り立てられた。時に四十才であった。(才智による読みか)

関ヶ原の戦いでは東軍に組し、十三万石加増され今治二十万石の城主となった。

当時加藤嘉明が松山城築城中であつたのでこれに対抗し、国分から今治へ移り、慶長九年築城をはじめたが、規模を松山城より大きくしていたためか、完成しないうちに同十三年伊勢の安濃津に城替えされた、時に五十二才であつた。

大坂冬・夏の陣の功で三十二万石となる。寛永七年七十五才で死亡した。

江戸と京都を結ぶ街道筋の城主は徳川の親藩か譜代大名で固められていたが、伊勢、伊賀の城主のみが外様大名の藤堂であつたことは如何に徳川をして信頼せしめていたか、高虎の智謀の深さを物語るものである。

伊予史談会は、会員千名を数え、伊予の歴史を研究する団体で、毎月一回例会を開き研究結果を発表しているが、この五月に副会長伊藤義一さんが「藤堂高虎と今治城」と題して発表した概略を書いたものであるが、身近な場所や人物として興味深いものがある。

「身心ともに健全に」を心がけているが、月一回のこの伊予史談会例会参加が、これからも私の心の糧となるものと思つてゐる。

## 中国旅行の魅力

長谷川

茂 (松山)

昨年の三月、上海、西安、北京、洛陽の各都市を第二次友好訪中団の副団長として、日

中友好を兼ね書跡研究の旅に参加した。

中国側の心のこもった歓迎で、見学予定地を充分受け入れて貰い、私達一行二十四名の二週間の楽しい旅程を終える事ができた。

「上海少年宮」に期待する。宮といつても建物自体が参観の対象でなく、七、十三才までの少年少女が学校の放課後に行なう課外活動の場所である。文学、芸術、科学、スポーツ等、各分野に才能のある児童が選ばれて来ている。基本的には体、徳、智育のいずれも成長させ芸と技を磨きあげる道場でもある。楽しくのびのびと遊びながら学んでいる子供達を見ていると頼もしい。ここ数年をいわずすばらしい若者が巣立つことであろう。

古い歴史の都「西安」、シルクロードの入口として賑つた中国きつての古都だけに、町を歩いただけで十四世紀の鼓楼、鐘樓などと云つた古い建物がすぐ目につく。紀元前十一世紀から一千年に亘つて都としただけに、それらの歴史を物語る文化遺産が実に豊富に保存されている。なかでも「西安碑林」を中心に孔子廟を整備した陝西省博物館がそれである。唐時代に刻まれた石経が保存され、漢字の宝庫として実に圧巻である。

洛陽の龍門石窟「登龍門」をくぐる。その昔、龍が登つて来たと言われ、いわゆる「登龍門」のはじまり、壮大な石窟に囲まれ友好の登龍門をくぐることになる訳である。ふと自分を見つめ直す……そんな気になる、中国旅行ならではの魅力である。

◇

◇

老後をどう美しく生き生きするか。生きがいは人から与えられるものではない。

(「切り抜き」から)

## 投稿規定

- 一 会員消息 四〇〇字以内
  - 二 短歌、俳句、川柳 五首又は五句以内
  - 三 随筆、随想 六〇〇字以内
- 原稿締切 一月一〇日  
原稿の取扱についてはお任せねがいます。

## 編集後記

▽財政再建を目指す秋の臨時国会で、行革をふくむきびしい論議が展開されるものと思われませんが、共済年金についても決して聖域ではありませんので、その成り行きが懸念されます。

▽各県とも新入会員を迎え、四国連合会会員数は千五百二十八名になりました。もう千草も実を結び初め、虫の音も日毎にしげく、初秋から秋へと季節の移りが強く感ぜられます。▽表紙を毎号飾ってくださる荘野さんが健康をそこなわれ、本号表紙絵のご執筆ができたため、前にいただいていたものを使わせてもらいました。

▽会員お待ちかねのたのしい総会が、別記のとおり各地で開催されます。どなたも元氣なお顔を見せてほしいものです。(渡部生)

電友会四国連合会会報 第三六号

昭和五六年一〇月一日発行

編集発行 電友会四国連合会  
事務局

松山市一番町四丁目(二十七九〇)

四国電気通信局内

電話(〇八九九)三六一二〇二三

印刷 四国電話印刷株式会社