NTT労組退職者の会 神奈川県支部協議会
退職者の会ニュース
NO 150号
2023年 11月20日
【発行責任者】
新井　陽太郎
【編　集　者】
池田　明

安心・信頼
生きがいあふれる
二十一世紀
みんなと共に！

NTT労組退職者の会結成50周年・支部協25周年「第26回総会」

緊急連絡先登録にご協力を！

◇横浜ワークピアへ（過去最多）250名集う◇

10月28日（土）25周年記念と位置づけられた、NTT労組退職者の会神奈川支部協議会第26回総会が横浜ワークピアで、会員・来賓者・関係者約２５０名の参加者により開催されました。

【第一部】

第26回総会は、三島副会長の司会により開催されました。まず、始めにこの1年間に鬼籍に入られた97名の方に対して、参加者全員により黙祷を捧げました。

続いて、議長に冨所真一さんを選出しました。

主催者を代表して新井会長より、

①本年4月の第20回統一地方選挙でのご協力への感謝。

②80歳以上節目会員への「訪問活動」

③会員の緊急連絡先の生協システムへの登録推進

④政治について

⑤支部結成25周年についてあいさつがありました。（あいさつ要旨は別掲）

続いて、来賓の皆さまのあいさつとして初めに、NTT労組退職者の会中央協議会・高橋洋子副会長、NTT労組神奈川グループ連絡会・竹田哲也会長よりあいさつがあり、その後のあいさつは（別記下記のとおりです。）続いて「杉本事務局長の報告と提案」

『第一号議案』
・一年間を振り返って
・2023年度活動方針（案）

『第二号議案』
・2022年度会計報告
・2023年度会計予算（案）

『第三号議案』
・2023年度役員体制（案）

を一括で報告・提案されました。

また、前川会計監査より2022年度会計は適切に処理されているとの報告がありました。

質疑・討議の後、すべての議案に対し満場一致で承認されました。

5名の方々の永年役員表彰者の紹介、新旧役員のあいさつ、この後、新井会長による新役員体制での決意表明がありました。

また、今総会で退任される役員から思い出・苦労話を交えたあいさつをもらいました。

これで議事のすべては終了し、議長解任のあいさつを最後に総会第一部は閉会となりました。

総会前と第三部懇親会冒頭で、「25年のあゆみ（2019～2023の5年間）」と題するフォトムービーショーを放映しました。

視聴された会員の皆様より好評の声があった事を紹介いたします。

【菅野　秋夫】

《来賓者紹介》

・NTT労組中央協議会
　高橋洋子副会長
・NTT労組神奈川県グループ連絡会
　竹田哲也会長
・神奈川シニア連合
　佐々木茂夫副会長
・中央労働金庫横浜支店
　田中邦明支店長代理
・神奈川県労働者福祉協議会
　金井克之事務局長
・㈱全国儀式サービス
　山崎功治執行役員本部長
　小泉英子係長
・電通共済生協南関東ブロック
　渡辺茂一推進部長
・きらら保険サービス㈱
　太田聡営業担当課長
・吉川　さおり参議院議員
・松崎　淳県会議員
・柳田　あゆ藤沢市議会議員
・加藤　ゆうすけ横須賀市議会議員

NTT労組神奈川退職者の会第26回総会様

結成25周年記念総会おめでとう御座います。超高齢社会の中で医療・介護・年金等私たちの身近な暮らしが課題です。本来出席すべき私が脊柱管狭窄症から来る両足が重く長距離の歩行が困難の為欠席となります。

1998年度の1999年2月に旧横浜支部と旧神奈川支部が統合し神奈川県支部協議会となり、あっという間に25年となります。当時結成に係わった者として退職者の会はNTT労組退職者の会シンボルフレーズの「安心・信頼、生きがいあふれる21世紀、みんなと共に」を実践すべき何か困ったことがあったら退職者の会に連絡する組織作りを目指し実践しました。

私たち高齢者のため更なるご活躍を祈念いたします。

顧問　野中　美久

会長あいさつ

NTT労組退職者の会
神奈川県支部協議会
会長　新井　陽太郎

本総会は、会員そして中央協、NTT労組神奈川グループ連絡会、また神奈川シニア連合等ご来賓の皆様、過去最大の約２５０名に参集いただきました。

総会開催にあたり、数点述べさせていただきます。

支部協は、各種行動に取り組み、友好議員5名中、4名が当選。ご協力をいただいた皆さまに感謝申し上げます。

一、本年4月の第20回統一地方選挙

少しでも暮らしやすい地域・社会となるよう、より一層のかかわりを持っていきたいと思います。

県内で80歳以上会員７１１名（全会員の5人に1人）のうち、節目（80・85・90歳）を迎えた１８８名の会員宅に訪問しました。

是非、今、お元気なうちにご家族・関係者に「何かあったら退職者の会へ」と、伝えておいてください。

二、80歳以上節目会員への訪問活動

これまで、東日本大震災をきっかけに安否確認等のための緊急連絡先の把握・登録を進めてきています。

三、会員の緊急連絡先の生協システムへの登録推進

先の全国総会において、改修された電通共済生協システムへの登録に取り組むこととなりました。生協システムは、国内の東・西二か所の安全な地域に設置されており、首都圏直下型地震などの大規模災害等により被災された場合でも、会員の安否確認等が迅速に対応できることとなります。

年明けに支部協全会員にご協力をお願いします。支部協活動の最重要課題として取り組むこととします。

四、政治について

臨時国会は、突然の減税表明、原資は私たちの税金、その先に待つのは防衛増税等、騙されてはいけません。

世界のそこかしこで争いが起き、罪のない人々の血が流れ、悲鳴が聞こえています。

議案書に「日本国憲法」前文を掲載しました。岸田政権の所業にあてはめてみてください。

五、支部協結成25周年

NTT労組退職者の会が結成50周年、支部協も神奈川と横浜が統合し25周年、本総会を25周年記念と位置づけました。

改めて、25周年を迎え、関係諸団体の皆様の深い理解とご協力、多くの先輩や役員OB、会員、そして、サポートいただいた現役の皆さんに心から感謝を申し上げたいと思います。

以上、何点か申し上げましたが、退職者の会が会員の皆さんの心のよりどころとなるよう努力していく所存です。今後ともよろしくお願いいたします。

2023年10月28日
NTT労組退職者の会
神奈川県支部協
会長　新井陽太郎

NTT労組友好議員から第20回総会に向けたメッセージ

神奈川県会議員
松崎　淳

横浜市金沢区選挙区から6期目の当選をすることができました。議会では今、石油等の物価高、様々な人たちに大きな影響を与えております。

皆さまの声をしっかり県政に生かしてまいります。

第20回の総会おめでとうございます。

藤沢市議会議員
柳田　あゆ

今年春4月、藤沢市議会議員に立候補し皆さまのご支援をいただき、初当選することができました。藤沢市民のために「人を大切にする政治」をしていきます。

横須賀市議会議員
加藤　ゆうすけ

今春4月の市議会選挙におきまして、多大なるご支援をいただき、今回3期目となるご報告にまいりました。

人口減少に歯止めが効かず、やらなければならないこと、皆さんの意見を聞きながら邁進します。

茅ヶ崎市議会議員
藤本　恵祐

本年春の市議会議員を経て3人で市議会会派「茅ヶ崎立憲クラブ」を結成し、市政懇談会や知長への予算要望など精力的に取り組んで行きます。

《新しく選出された役員》

プロフィール
①生れ育ったところは
②現役時の主な職種は
③あなたの趣味は
④継続して行っていること
⑤あなたの特技は

横須賀地区
幹事
芦原　格

①北海道生まれ横須賀育ち
②設備課ＳＯ工事調整
③読書・孫の相手
④散歩
⑤特になし

藤沢・厚木地区
幹事
牧　やなえ

①鹿児島県
②事務
③洋裁・編み物
④ガーデニング・ウォーキング
⑤特になし

藤沢・厚木地区
幹事
富所　真一

①群馬県
②所内設備保全
③ゴルフ
④スポーツジム
⑤ゴルフ

平塚・小田原地区
幹事
馬上　年子

①鹿児島県
②電話受付
③ガーデニング
④散歩
⑤特になし

平塚・小田原地区
幹事
松本　行雄

①栃木県
②建設業法監理・技術者業務
③囲碁
④献血
⑤特になし

《支部協内移動》

◆川崎・横浜地区
副会長　杉本　秋一（事務局長）
◆藤沢・厚木地区
副会長　柴原　一喜（幹事）
◆事務局長
池田　明（幹事）
◆事務局次長
菅野　秋夫（幹事）
◆事務局次長
原　まさ江
（シニア連合幹事）

《退任された役員》

◆鈴木　三夫（前事務局次長）
幹事４年、共済担当事務局次長９年通算13年。共済業務のオーソリティーとしてご活躍いただきました。

◆叶　森統（前幹事）
幹事11年。長きに渡り写真サークルの責任者としてサークルの発展にご尽力をいただきました。

◆澤　厳男（前幹事）
幹事５年。麻雀サークル責任者。会議での提言等で組織をけん引。

◆遠藤　周治（前幹事）
幹事２年。パークゴルフの責任者としてサークルをけん引。地域・家庭に専念のため退任。

◆天満　敦（前幹事）
幹事１年。兼務していた介護施設の仕事に専念のため退任。

第２６回総会にあたり、国会議員からのメッセージ

衆議院議員千葉１区
（NTT労組組織内）
たじま　要

六月に通常国会が閉会しました。岸田内閣が強行する四十三兆円もの防衛増税や異次元の少子化対策、いずれも財源が具体的に示されず、国民負担の議論を先送りしています。

マイナカードをめぐる一連の混乱は、未だに終息の兆しが見えません。新型コロナウイルス感染症は感染終息の見通しが立たず、ロシアによるウクライナ侵攻にともなう物価高騰も依然として続いています。今後も皆様と共に、生活者、働く者の暮らしそして平和と希望を守るべく全力を尽くして参ります。

衆議院議員宮城１区
（NTT労組組織内）
岡本あき子

先の第２１１回通常国会では、防衛費や子ども若者政策予算、マイナンバーカードのテーマが大きく取り上げられ、私も幾度も委員会などで質問しました。

防衛費については、復興税の転用を認めず、ミサイル購入よりもサイバー攻撃に備えるデジタル対応の防衛を求めています。

私のライフワークである子ども若者政策は、「ようやく、この時代が来た！」と感じています。マイナンバー制度に基くデジタル化は大賛成ですが、速やかなデータ総点検を求めていきます。これからも、私の信条「いのち　子ども　暮らしを守る。」べく、全力で取り組んで参ります。

参議院議員比例代表
（NTT労組組織内）
吉川　さおり

ＮＴＴを退職したのが２００６年７月、29歳のときです。全国各地の先輩の皆様から預けていただいた参議院議員としての任期も３期17年目に入りました。私は、先輩の皆様と同じ職場で働いた後輩の一人として、ＮＴＴ法を扱う総務委員会で一貫して仕事をさせていただいてまいりました。

災害対策や物価高騰対策など、生活に近い政策課題とともに、しっかり取り組む決意です。私は改めて初心と原点に立ち返り、使命感と責任感を持って、働けば報われる社会を、安心して年を重ねることのできる社会をつくるため、前を向いて進んでまいります。

参議院議員比例代表
（NTT労組組織内）
石橋　みちひろ

参議院議員としての活動も、３期14年目に入りました。この一年間、参議院国会対策委員長筆頭代理として国会運営の最前線に立つと同時に、予算委員会の野党側筆頭理事として奮闘してきました。

国際情勢が不安定な今だからこそ、日本は平和憲法の下、不戦の誓いと専守防衛を守り抜き、平和外交と人権尊重を徹底的に追求するべきです。同時に、誰もが安心して暮らしていける社会を取り戻すため、労働者保護法制の強化と社会保障制度の再構築、教育や子育ての無償化を進めて少子化と人口減少と地方の過疎化に歯止めをかけていかなければなりません。

参議院議員神奈川
選挙区(NTT労組推薦)
牧山　ひろえ

皆様が安心・安全な暮らしを楽しまれ、また皆様方が種を蒔き豊かな沃野に育てて頂きました。日本の通信産業をより発展させるべく、私は今後もより適切な政策の検討、推進に力を尽くして参ります。

参議院議員神奈川
選挙区(NTT労組推薦)
水野　もとこ

新たな出会いや発見、多くの参加者の皆さまとの結束と絆を一層深められ充実した総会を祈念いたします。ふれあいと活力ある長寿社会の形成のために粉骨砕身いたします。

◇ 第三部　懇親会 ◇
１年振りの再会、楽しいひと時 ！！

第３部の懇親会は徳永副会長の司会進行で安藤顧問による乾杯で始まりました。

今年はコロナも五類になり、２００人以上の人が集まり盛大に行われました。

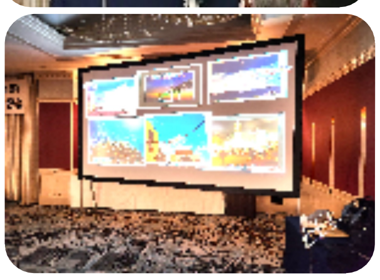
テーブルはブロック別に別れ立食でおこなわれましたが、あちらこちらで「元気だった・・・」「お久しぶり・・・」「どうしてた・・・」となつかしい話や現状報告やら楽しそうな話声・笑い声が聞こえてきました。

楽しい時間はあっという間でしたが、仲締めを豊島顧問によって行われ、まだまだ話たりない様子を残しながら三々五々解散していきました。

【栗林　千明】

第２部
アトラクション

「音楽と落語の宅配便」講師：濱乃志隆さん
濱之さんの生ギター１本で古い懐かしい童謡を皆で歌いました。皆さん童心に戻ったようでした。



第３部
フォトムー[redacted]（懇親会会場）

会場では準備が整う前のひと時に活動記録委員会で作成した過去５年間の退職者の会の行事等をまとめたフォトムービーが流れ好評でした。

記念資料展示

５０年以上も前の古い写真・資料を見て懐かしんでいる人。模造紙に貼った古い写真で知人・同僚を発見して大喜びする人。とても好評でした。

近況報告『県外編』

▼実家に戻り二人で農業
茨城県　杉山　徳治
実家の茨城に戻り８年目になり現在は妻と２人農業をしています。ブルーベリー、栗、銀杏の選定・草刈り・収穫と忙しい毎日です。

▼温泉旅行へ
石川県　川端　満
28日から温泉旅行を予定。地域集落協定メンバーの一員として細々と活動しています。

▼茨城県　叶野　毅
通院中のため欠席します。

▼甲府市　松原　正俊
ご苦労様です。元気でやっております。

▼沖縄で南国の生活
沖縄県　風早　秀子
思い切って沖縄市へ移住しました、ちょっと暑いけど景色も良く便利で南国生活を楽しんで居ます。

▼沖縄県　本村　五十男
元気で過ごしております。皆様のご健勝をお祈り申し上げます。

▼神社のお祭り準備
前橋市　高橋　務
家庭菜園をしています。最近は神社の秋祭り準備と残務整理で忙しくしています。

▼長野県　山田　担
健康で頑張っています。

▼夏の猛暑で体調をくづす
埼玉県　山口　英子
いつもお世話になっております。昨年夏と今年の夏は猛暑でしたので、体調をくづし、足も弱くなり遠出はできなくなりました。

▼足と肩痛
茨城県　岩﨑　信之
右足、右肩に痛みあり、動き困難、海へ釣りに行き「痛発生」

▼埼玉県　藤巻　等
現在も頑張って働いています。

▼松山市　三好　洋仁
健康で楽しく生活しています。

▼車両を軽に変え快適
甲斐市　青木　雄一
元気に暮らしています。こちらは車社会なので使い勝手の良い「軽」に変えてあちこち走り回っています。

▼急に涼しくなりました
飯田市　中島　信行
ご案内ありがとうございました。お陰様で元気にしております。夏の猛暑からにわかに涼しくなり、戸惑っています。リビングに電気カーペットを敷きました。皆様お元気で。

▼奈良市　阪井　一功
元気にくらしています。遠方のため欠席します。

▼埼玉県　大塚　順夫
元気で過ごしています。

▼日立市　高橋　貞敏
毎日元気でガンバッテいます。

▼今はリハビリ中
山梨県　山本　一彦
指の手術をし、脚の切断をしたため、退院後リハビリに通っています。他は健康なのですが、この件に掛かりきりです。

▼NTT労組の発展を
奄美大島市　屋村　賢良
第26回総会開催のお祝いを申し上げます。当方元気で過ごしています。
会員の皆様のご健勝、ご多幸、「NTT労組神奈川退職者の会」の益々のご発展をご祈念申し上げます。

▼埼玉県　高橋　常勇
元気にしています。

▼体調を崩す
千葉県　内田　守
主人は、ただ今、体調悪く入院をしております。（代筆：妻）

▼名古屋市　田邉　元就
県外在住のため出席できませんので欠席します。ご盛会をお祈りします。

▼埼玉県　中澤　隆
元気で頑張っています。

▼毎日海を見ながら
千葉県鴨川市　白山　雄司
鴨川の海を見ながら毎日を過ごしております。交通の不便な所です。又交通はシャトルバスで病院に通っています。幹事の皆様頑張って下さい。今後ともよろしくお願いいたします。

▼実家に帰って10年
青森市　工藤　好男
実家のある青森に帰郷して10年になります。相変わらず一人暮らしですが病気を患うこともなく元気に過ごしています。

▼脳梗塞でリハビリ中
鳥取市　田中　耕一
脳梗塞になったがリハビリ中右手不自由になった為甥に代筆

▼たんぼ、畑で元気に
高崎市　増田　起男
高崎の町で田んぼ、畑等で生活しています。今のところ元気しています。

▼茨城県　茅根　勤
お世話になっております。私事、目の病気で５年前に免許返納現在、車イスで人工透析に通っている為欠席します。

▼もう少し人生を楽しむ
竜ヶ崎市　西塚　公雄
21年８月にすい臓がんと胃がんの手術をし、療養中のところ23年９月15日手術が無事終わり現在治療に頑張っています。御年81歳もう少し人生を楽しみます。今後とも宜しくお願いします。

▼移住して9年
栃木県　鈴木　慶親
元気にしています。栃木に移住して９年目になります。昨年愛犬が18才で亡くなり、少し寂しいですが妻と２人でのんびり暮らしています。

▼茨城県　大貫　博世
年齢とともに病院行きが多くなって来ています。

初コース・秋の気配を感じながら豊かな自然と遺跡を楽しむ
都筑区水と緑の公園巡り
《ハイキング9月例会》
参加者３７名

9月29日（金）晴れ。天気予報の関係で予備日を使っての実施です。朝10時、地下鉄北山田駅には37名が集合。コースは、山田富士公園→徳生公園→大塚・歳勝土（さいかちど）遺跡公園（昼食・休憩）→茅ヶ崎城址公園→せせらぎ公園→仲町台駅（解散）、約9キロの道のりです。

代表より簡単な挨拶・説明のあと出発（1名は大塚遺跡公園で一緒に食事のみ希望で一先ずお別れ）。最初に北山田駅から5分の「山田富士公園」へ。園内にある蓮池の花を眺めた後、公園隅にある「山田富士」へ。富士信仰が盛んだった江戸時代、各地で人工の富士山が作られました。この山田富士も当時のもので都筑区にある他の2つと合わせて「都筑三富士」と呼ばれています。百数十段の階段を上り頂に立つと眼下に絶景が広がっています。富士山を模して作った頂は、中央が少し凹んだ火口、それを囲むお鉢巡りの道。頂上で記念撮影後上り以上に注意しながら下山。

次はほとんどフラットの道を歩いて「徳生公園」へ。木洩れ日の中、道の脇を流れるせせらぎの音や赤や白の彼岸花に秋の気配を感じながら15分。公園中央に大きな池があります。続いて遊歩道を20分程歩いて国指定史跡である２０００年以上前の弥生時代遺跡を再現した「大塚・歳勝土遺跡公園」に到着。出発地で別れた1名と無事合流。藁ぶき屋根で再現された古代の住居をバックに集合写真を撮影後、公園内に思い思いに広がって1時間の昼食・休憩後、午後のハイキング開始。公園出口で参加者1名とお別れし次の「茅ヶ崎城址公園」に向かいます。住宅街を通り15分程で到着。茅ヶ崎城については諸説あるようですが戦国時代の城跡で徳川家康の時代に廃城になったそうです。最後は茅ヶ崎公園を素通りして進み続けること30分。最終目的地の「せせらぎ公園」に到着。公園で集合写真を撮影後、最寄り駅である仲町台駅に向かいました。参加された皆さんお疲れ様でした。

【土屋　まち江】

羽田の地を護る、今と昔を訪ねて
多摩川スカイブリッジ歩き
《ハイキング10月例会》
参加者５０名

今年は例年になく気温の高い日々が続いていたが、この日10月25日（水）気温も23度、風もなく爽やかなハイキング日和、京急大師線小島新田駅10時に集合。48名の参加者で多摩川の土手を歩き、川崎キングスカイフロントと羽田空港をつなぐスカイブリッジに歩き進め長さ６７５ｍの真中で全体写真を撮った。橋の右手には海ほたる、正面は広大な羽田空港、沢山の飛行機、モノレール、京浜急行と多種の乗り物が見られるのも楽しい。遠くには東京スカイツリー、東京タワーを眺めながら東京都大田区多摩川の河口の土手を海老取川に架る弁天橋の旧穴守稲荷の大鳥居の前で休憩、全体写真を撮る。次の目的地穴守稲荷へと10分程歩く。

堤防に空いた穴がもたらす災いから羽田の土地を守る稲荷の神さま、戦前は穴守神社と呼ばれていた。

羽田空港に最も近い立地から飛行機の運航安全、航空安全祈願、運航安全祈願も多いが、ここは将軍徳川家定が、天然痘の蔓延時、病気平癒祈願に参詣し治癒したことにより多くの参拝者が病気平癒の祈願も多い。

羽田神社から4名が大師橋を渡り川崎大師へと向った。残り46名で12分程歩き予定より少し早めの2時20分解散となる。

久しぶりの東京方面のハイキング、多勢の方に参加をいただきありがとうございました。

来月のハイキングはみかん狩りでとん汁も振舞われます。多勢の参加をお待ちしています。

【長島　光江】

２０２３年 全国高齢者集会

２０２３年９月19日（火）文京シビックセンターにおいて、「生き生きと安心して暮らせる社会をつくろう」のスローガンのもと開催されオープニングは「創作和太鼓」暁鼓遊（あかつきこゆう）の皆さんによる太鼓の演奏があり、観客は圧倒されました。ＮＴＴ退職者の会からは神奈川支部協のもと（20名＋シニア連合２名）22名が参加しました。

文京シビックセンター

人見一夫退職者連盟会長あいさつに始まり、来賓の立憲民主党企業団体交流委員会・大島敦委員長、国民民主党・玉木雄一郎代表、社会民主党・福島みずほ党首の来賓挨拶がありました。

令和５年度「ビジネスライフ実践事例及び社会参加活動事例」で長崎県「諫早ペンギンクラブ」池田敦様・博子様ご夫妻は、平成14年より知的障がい者の子どもたちに水泳指導活動を行っており、表彰がありました。

講演会では、一般財団法人日本総合研究所理事長、多摩大学学長、寺島実郎氏による「世界の構造化と日本の未来」（高齢化社会工学）とは何かの話を伺いました。集会アピールを採択したのち人見会長による「団結がんばろう」で閉会となりました。

全国から集まったシニア連合

【神子　明美】

第24回 パークゴルフ大会

第24回パークゴルフ大会が10月17日（火）開成町パークゴルフ場で開催されました。

第23回パークゴルフ大会（5月）は雨のため中止でしたが、今回は天候に恵まれ爽やかなゴルフ日和の一日になりました。

当日２名欠席があり参加人数は22名でした。

７班に分かれ午後１時30分、アジサイコースとシイガシコースに分かれ大会がスタートしました。コースはよく手入れがされていてグリーンが映えコンデイションは最高でしたので、いいスコアがでるのではと思っていましたが。あっちこっちでホールインワンの歓声があがり、シイガシコース７番で３人がアジサイコース８番で１人が達成しました。栗原勇明、高木武、高瀬博文、石川雄二さんおめでとうございます。大会でホールインワンが何人も出るのはめったにないことです。今回の優勝は栗原勇明さん、２位中田定男さん、３位田村悦子さんでした。ハンデに恵まれたのかな？　次回は誰が優勝するか楽しみです。また、いっぱいたたいて、運動不足の解消になった人もいたようです。全員で記念写真を撮り、解散となりました。懇親会は駅前の食堂で15名により懇親を深めました。皆様お疲れさまでした。

《追記》

パークゴルフは、昭和58年、北海道十勝管内幕別町で「誰でも気軽に、幅広い年代の人たちが公園で遊ぶことのできるスポーツ」ということで考え出されたもので。公園（ｐａｒｋ）で遊ぶゴルフ（ｇｏｌｆ）だからパークゴルフ、なのだそうです。先に出来たグラウンドゴルフを参考にしています。ゴルフをやったことのない人もゴルフ気分と楽しさを味わうことができ、また運動不足解消に良いと思います。

【松本　健一】

写真サークル 4年ぶり 学習会

８月30日写真サークルの学習会が開催されました。２０１９年８月28日いらい、実に４年ぶりの開催となります。猛暑の中、21名参加をしていただきました。過去の学習会に20名を超える参加記録はなく初めてのようです。その内、女性５名の参加は、大いに喜ばしいことです。今回の学習会の場所は趣向を凝らし、ＮＴＴ神奈川労組内の会議室にて開催となりました。叶代表の挨拶のあと本日の日程説明がありました。早速、テーマである「ＳＤカードについて」写真サークル会員の近藤康男さんから講話をしていただきました。講話内容は次のとおりです。

ＳＤメモリカードの種類について、バスインターフェイススピードについて①ＵＨＳスピードクラス②ＳＤスピードクラス③転送（読み取り・書き込み）の速度について④記憶容量について

各項目について、事細かな説明を聞き大いに参考になりました。。

〈写真撮影時に関する質問等出たことば〉

＊出展などへ提出する人物写真は相手方の了解を得ることがのぞましい。

＊撮影時に「絞り」優先か「シャッター速度」優先かの意見が数多く出ました。

＊注意事項として、メモリカードは静電気に非常に弱い気をつけましょう。

講話が終わり休憩に入り、持参した写真を机に並べ、散策した時に撮影した写真・決定的な場所・時間等を設定しシャッターチャンスに合わせ撮影した写真など、実に見ごたえのある写真が勢揃い、撮影者のシャッター時の心境のお話が聞けることが待ち遠しいです。机に並べられている素晴らしい写真を眺めながら観察していると、撮影者本人が補足説明をしてくれる。撮影した時の、心境、閲覧してくれる方へ何を伝えたいか、時間や撮影チャンスなど、マニアックな方にはたまらない話ばかりです。やはり、このような意見交換場所には花が咲き、盛り上がり、中々話が尽きません。

一段落後、叶代表からの９月の撮影会のコスモス・ポピーで知られる「くりはま花の国」の最新情報を伝えていただきました。ここ最近は連作のせいか、花の咲き状態が悪く「くりはま花（なし）の国」を覚悟しなければならないとの報告がありました。ほどなく定刻時間となり、代表の閉会の挨拶で終了となりました。暑い中参加いただき、本当にありがとうございました。

【大内　栄】

第二回撮影会 くりはま花の国でコスモスを愛でる

連日の酷暑が一息つきかけた９月20日（水）下見を行った黒金幹事から撮影会場までのルート説明と花の国の撮影ポイントの紹介説明を行った後に出発。

京急久里浜駅を出発して約５分、花の国へのルート上に鎮座する、地元では横須賀の天神さん、久里浜の天神さん、内川の天神さんと呼ばれて親しまれ、学業成就・技芸上達・諸願成就ぼけ封じなどにご利益があるとされる「久里浜天神社」に到着です。

参加者の皆さんは代わる代わる御神牛を撫でてぼけ封じと撮影技術の上達をお祈りしました。

天神社を後にして歩くこと約10分余、本日の会場である「くりはま花の国」に到着です。

朝方涼しかった気候も花の国のメインゲートに到着した頃には30度越えの猛暑に。たまらずメインゲート先にある陸橋下の日陰に全員避難。アイスクリームをほお張ったり水道の水で顔を洗ったりして、しばし涼をとってからの撮影会となりました。

撮影会は、陸橋からなだらかな上り坂になったポピー・コスモス園を主会場に、主にコスモスを中心とした草花の撮影です。

花の国では９月９日（土）～10月29日（日）の期間でコスモスまつりが開催中で、１００万本のコスモスが咲き乱れている・・・筈でしたが、オレンジ色のコスモス畑２区画はほぼ満開で、ところどころにキバナコスモスも咲いていましたが、その先の広大なコスモス畑は、開花時期の調整のためか未だに新芽もでていない土壌のままの状態です。

参加者のうちの数名は、新たな撮影ターゲットを求めてフラワートレインで遊覧に出発。因みに、現在開花中の花は、キバナコスモス、百日草、センニンソウ（白い花）、マリマツリ（ブルーの花）、クズの花（ピンク）、ひまわり、アポロン（ひまわり）、コエビソウ、トケイソウ、アジサイなどです。

昼食の時間になりサークル幹事がかねてから予定していたお寿司屋さんを皆さんに紹介したところ、全員で一緒に食事をしたいということになり、「久里浜名所・ひさご寿司」へ。

写真サークル年間計画のご案内では、撮影会終了後の懇親会はしないこととしていましたが、思わぬことで昼食を囲んでの懇親会となり、各自の自己紹介に続いてサークルへの入会のきっかけや撮影会に寄せる思いなどを語り合い、和やかなうちに第３回の撮影会は終了しました。

【叶　森統】

８０歳以上会員宅訪問の取り組みについて

80歳以上会員宅訪問活動の取り組みについて
本年の会員宅訪問活動は「80歳を迎えた会員」「85歳・90歳の節目を迎えた会員」とし
それ以外の県外在住会員、訪問を辞退する会員についてはメッセージと粗品を郵送する
粗品の内容①退職者の会特製タオル　②儀式サービスノベルティ　マルチオープナー
80歳以上会員数　2023年6月30日現在から9月30日基準で算出訪問期間（対象188名）
期　間　準備が整い次第～10月27日（金）まで

地区名	80歳以上	80歳	85歳	90歳	節目計	その他
川崎・横浜	228	43	15	17	75	153
横須賀	118	15	4	6	25	93
藤沢・厚木	184	26	12	9	47	137
平塚・小田原	119	21	15	5	41	78
その他	62					62
合　計	711	105	46	37	188	523

ひまわりの種を寄贈

10月20日（金）ＮＴＴ労組退職者の会神奈川県支部協議会の事務所において、退職者の会会員（寄贈者名は別記）から寄贈された「ひまわりの種４・４kg」が新井会長、杉本事務局長からテルウェル東日本共通業務サポート担当・望月担当課長に渡されました。

【後藤　豊】

新井会長・杉本事務局長から望月課長へ寄贈されました

《寄贈者10月20日現在》
・石倉　和義さん
・田村　悦子さん
・立花　淑人さん
・羽豆　美子さん
・新井　陽太郎さん

ひまわりの育て方

地植えのひまわりは、苗の植え付け直後以外は水やりは雨にまかせましょう。鉢植えのひまわりは、鉢の表面の土が乾いたらたっぷりと水を与えます。いつもじめじめしているのを嫌うので、水のやりすぎには注意しましょう。地植えは、ひまわり以外の草花がきれいに咲いている土であれば、無肥料でも育つ場合があります。一方、鉢植えの場合は、限られた土で栽培するため、追肥が必要な場合が多いので、花つき、葉の色つやなどを見ながら、様子を見て追肥しましょう。ひまわりは、花が終わると花びらが落ちて、萎れた状態になります。この中心部分が時間をかけて種になっていきます。ひまわりの種は、開花後、約1.5ヶ月～2ヶ月かけて種になります。花びらが落ちてすぐは、種はまだできていない状態です。葉っぱが次第に枯れてきて、花首が徐々に下を向いてきたら種ができ始めている合図です。

色は最初の頃の色より黒っぽくなり、固くなってきたら花茎ごと収穫して数日間天日干しをして乾燥させます。

第30回　囲碁・将棋大会

Aチーム　優　勝　佐藤　敏郎さん
　　準優勝　金田　辰夫さん
Bチーム　優　勝　根岸　聖さん
　　準優勝　浅賀　準一さん

囲碁・将棋サークルでは10月21日（土曜日）に「第30回囲碁大会」を横浜北ビル（退職者サロン）にて開催しました。当日は10名の参加者が二つのグループに分かれて熱戦を繰り広げました。

今大会の結果は以下のとおりです。

なお、今回の将棋大会は、参加者が２名だったため、交流会として開催しました。

【栗原　勇明】

シニア視察バス旅行

10月2日、横浜駅東口・崎陽軒本店前に41名が集合しました。8時45分に出発。首都高速からアクアラインで館山道に入り、最初の休憩場所、「道の駅四季の蔵」でトイレに行く方、地場名産を見学の方、新鮮な野菜を購入それぞれです。

次は「はちみつ工房」の見学。まずは、施設の説明を聞きます。実際に蜂蜜を遠心分離機で蜂蜜が出来るまでの実演を見学しました。さらに各種蜂蜜を試食し、ミード酒（蜂蜜酒）も各種試飲することが出来ました。甘くて炭酸入りで大変美味しく、自分好みでもあり、ザクロのミード酒を購入してしまいました。

次の見学は待ちに待った酒蔵、「酒巧みの館」です。純米酒、大吟醸等各種試飲しました。

入館入口最初に展示してある社長賞の大吟醸が大変美味でした。

値段もピカ一高価です。試食の小さなカップに並々注いで全種飲飲して酔っ払った方もいたようです。次は「カステラ工房」の見学です。各種カステラの小片を紙コップに用意して有り自分は試食してしまいましたが、中には昼食の「漁師料理」（海鮮食べ放題）で試食を控え持ち帰る方もいました。

次に、本日のメインイベント「漁師料理」は多少遅い昼食となりましたが、シニア連合鈴木会長の乾杯音頭で食べ放題1時間のスタートとなりました。サザエのつぼ焼き、ホタテの殻焼き、サバの干物焼き、ハマグリ焼き、牡蠣殻焼き、肉野菜、ソフトドリンク、デザートと種類が豊富でした。

貝が開くまでに時間がかかり、つぼ焼き時に吹きだした熱い汁が頭から衣服にかかった方もいました。食事する前に説明（貝を焼くと爆発する）がありましたが、実際に再現されビックリしました。中でもサザエつぼ焼き10個、ホタテ6個を食べた方もいると後で聞きました。

楽しく美味しい、たべ放題の時間はあっと言うまに時間がきてしまいました。お腹は満腹です。

帰路は、金谷港から東京湾フェリーの久里浜港着、久里浜で帰路に就く方数名の方はここ久里浜で解散宣言しました。

多数の方は、朝の集合場所横浜まで、横浜横須賀道路、首都高速で17時頃に多少早く無事帰着しました。

天候にも恵まれ参加された皆様のご協力により楽しい一日を過ごすことができました。心よりお礼申し上げます

【栗原　勇明】

伸さんのひとりごと

交換業務のストレス解消に映画や銀座を散策！

交換手採用の私は3ケ月の訓練で交換手のイロハを教わった。現場では交換手として交換台に着席して対応したが、理不尽な客でも口答えせず対応するよう指導があった。

当時はまだお酒が飲めない年齢で、ストレスの発散はアクション映画をよく観ていた。

現在はテレビっ子で懐かしい映画があると、近々寝たきりの生活を想定してDVD化しています。

コロナ感染の水際対策緩和になったので、「脚本家　黒澤明」展が銀座で開催していたので久しぶりに外出した。「七人の侍」をはじめ名作のポスターや脚本・・撮影機材が展示されていた。

暖かな晴れた日で銀座を散策しながら皇居に行くが、数多くの観光バスが駐車して外国人など観光客でにぎわっていた。

横須賀市　鈴木　伸介

②朝夕の野菜サラダ

料理の内容に移る前に私の毎日の食事パターンを書いておきます、朝夕に大きめの深皿にいっぱいの野菜サラダ「一食二〇〇g位」を夕方に翌朝の分と二杯作ります。これを食べてから普通の食事を食べます。先に野菜を食べたほうが食後血糖値を上げにくいと言うことを守っています。

後はキャベツの酢漬け・野菜（大根・人参・玉ねぎなど）を作り置きし常備菜にしています。ご飯は三合炊いてラップで一二個に小分けして冷凍しておき一個ずつ解凍して食べます（一回八〇gくらい）

一人暮らしになって焼き肉のたれをよく使うようになりました、今は醤油をほとんど使いません、キャンプの人たちがよく使う万能調味料も便利です。分量が少々いい加減でも大丈夫です。

まだ前置きで書きたいこともありますがこれではつまらないでしょうから次回から何か料理のようなものを紹介してみようと思います。初回は「ハヤトウリ」を予定しています。

写真は朝晩食べている野菜サラダです。

横須賀市　福島　英雄

朝夕の野菜サラダ

法　律　相　談

１．ＮＴＴ労組は、全国６１名の弁護士と顧問契約を結び、日常のいかなる法律相談にも対応できるよう、県グループ連絡会単位に配置しています。対象はＮＴＴ労組組合員、退職者の会会員及びその家族となっています。
２．相談に要する費用は不要ですが、実際に事案解決のため、弁護士に仕事を依頼する際は相応の報酬が必要となります。

法律相談を希望する場合は

ＮＴＴ労組退職者の会神奈川県支部協議会
横浜市中区長者町５－６０

０４５－２６２－８７５０

NTT労組退職者の会神奈川県支部協福利厚生サービス
『(株)全国儀式サービス』に終活サービスが始まる

この度、神奈川県支部協議会が契約している（株）全儀式サービス新サービスとして、「家族のための生前整理・遺品整理」「家族のための相続手続」が追加されました。会員の皆さんやご家族の方はご利用できます。また、新たな会費や制度加入手続は不要です

ＮＥＷ　家族のための
生前整理・遺品整理

ご家族に代わって、お部屋の片づけのお手伝いや、思い出の品の整理からお部屋の清掃まで真心をこめて対応します。ご相談・お見積りは無料で承ります。

ＮＥＷ　家族のための
相続手続

相続手続きには１０ヶ月という期限があります。不動産・預貯金・名義変更など、相続について不安や疑問がありましたらお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせは０１２０-２０４-１２２

ボランティア『ちいさな愛の会』

NTT労組退職者の会神奈川県支部協議会の有志で構成しているボランティア組織です。会員相互の「助け合い活動」として草むしりなど庭の手入れを中心に簡単な清掃作業をおこなっています。
除草作業等でお困りの方、ぜひ支部協までご相談下さい。
ご希望に応じられない場合もあります。

０４５－２６２－８７５０

簡易な除草作業

小荷物・鉢移動

電灯の取り換えなど

《前号以降》
臼井　理恵　様　鎌倉市
関根　徳男　様　藤沢市
篠倉　敏紀　様　伊勢原市
新たに入会された方々です。

物故者（前号以降　順不同）
根岸　輝男　様90歳　平塚市
永田　正　様87歳　横浜市中区
白井　雄　様90歳　横浜市栄区
里方　富士男　様72歳　横浜市港南区
吉新　節男　様75歳　座間市
瀬戸　一則　様65歳　小田原市
米川　富雄　様84歳　秦野市
中村　正敏　様81歳　横浜市金沢区
田代　政美　様72歳　小田原市
青木　三保子　様74歳　三浦市
長瀬　日出夫　様82歳　藤沢市
樋川　文子　様67歳　横浜市鶴見区
金子　アサ子　様79歳　横浜市西区
佐藤　泰二　様92歳　横浜市戸塚区
穴井　安治　様71歳　横浜市泉区
徳岡　直行　様87歳　海老名市
安田　勝美　様77歳　三重県
謹んでお悔み申し上げます。

長生きしたけりゃ『ふくらはぎ』をもみなさい

横浜市青葉区　鈴木 三夫

先日「ふくらはぎマッサージ健康法について」テレビ放映がありました。ふくらはぎは人間の全ての活動をコントロールする重要な器官となっていることから、ふくらはぎの状態と全身の健康状態に相関関係があるとのことです。

ふくらはぎの状態で病気を診断する判断材料(素人は難しいのですが、主に、脳卒中の場合は右足に、心臓病の場合は左足に症状が表れる)にはなるとのことです。

役目を終えた下半身の血液(心臓から下へ身体全体の８０％の血液が流れる)を心臓へ送り返す役割をするふくらはぎは、第二の心臓と言われていますが、年齢とともにふくらはぎに血液が滞るようになると心臓に大きな負担がかかることになります。

ふくらはぎにむくみがあると夜中に寝ている時に重力の抵抗が少なくなり心臓へ一気に血液が戻ることになるため、就寝中に心臓へ負担がかかり痛みが生じたり、血液の汚れが尿へ多く排出されることから、夜中のトイレの回数も多く(男性は前立腺肥大症等の場合もある)なります。

従って、就寝の３時間位前にふくらはぎマッサージを行うと、就寝前に汚れた血液が心臓へ送り返されてふくらはぎのむくみが無くなると同時に、就寝中の胸の痛みやトイレ回数を就寝前に解消することが出来るとのことです。

硬かったり冷たかったり弾力が失われていたりするふくらぎは、それぞれマッサージによる刺激を繰り返すことでやわらかさや温かさ、弾力性を回復させ病気の発症を防ぐことに繋がるとのことです。

ふくらはぎに血液が滞るのと類似するエコノークラス症候群は、飛行機の中で長時間座ったままでいると下肢の圧迫により血の固まりが出来ることから、その固まりが血管に詰まり脳梗塞や急性心筋梗塞が発症することはよく知られています。

ふくらはぎマッサージの刺激は、ふくらはぎの内側、真ん中、外側の三つの部位に分けて、さすり、押し、つまむを足首(アキレス腱)から膝裏に向かってマッサージをするのが基本(ふくらはぎにはれや熱がある時は止める)です。一人でも簡単に出来ますので朝晩継続的に行い、終わった後にコップ一杯の水を飲むとより効果的です。

ひとりでできるふくらはぎのマッサージ

写真募集

２０２４年新年号１面へ掲載します

採用させていただく写真は、紙面掲載スペースの関係から編集させていただきます。写真愛好家の皆さん応募をお待ちしております。
締め切り：２０２４年１月１０日まで

投稿記を求む

４００字～６００字以内でお願いします。

神奈川支部協のニュース紙面に掲載される「投稿記」は会員の皆さまから愛読されています。毎号に掲載できるよう努力してまいります。

会員からの投稿記をお待ちしております。

《こんな記事》
・あの時の思い出話
・素敵な出会い　・私の趣味は

《応募先》
〒231-0033　横浜市中区長者町５-60
NTT労組退職者の会　神奈川県支部協議会編集委員係　へ郵送または、メールにて
e-mail　taisyokusyakai@bz01.plala.or.jp
それぞれの応募にて掲載に採用させていただいた場合は、粗品を進呈いたします。