



2023年
謹賀新年



＊ 会員一人ひとりのニーズに応えられる 退職者の会活動をめざそう！

日常のつながりから支え合う仲間づくりを！

年頭挨拶



NTT労働組合退職者の会
福島県支部協議会
会長 伏見 吉弘

新年あけましておめでとうございませう。
昨年は「石橋みちひろ」三選の戦いを大きな柱とし取り組んできました。
結果は、最終議席での当選となりましたが、当初目標を達成することができました。これも偏に会員・ご家族皆様のご理解とご協力があつたからこそと思ひます。改めて御礼申し上げます。
また、コロナ感染も第七波、第八波とコロナウイルスに翻弄された一年となりました。
感染者数も連日過去最高の言葉が飛び交い、またコロナ感染でお亡くなりになった方も過去二年を今年一年で百八十九名と大幅に更新することとなりました。

退
県協
ニュース
第41号
NTT労働組合退職者の会
福島県支部協議会
福島市山下町5-10 TEL.024-534-1144
発行責任者●伏見 吉弘
印刷●陽光社印刷株式会社



新型コロナとインフルエンザに要注意！

た。毎日三百人を超えたという現実を重く受け止めなければならぬと考えます。
県支部協の取り組みも、コロナ禍で大きな制約を受けましたが、今年はいよいよこの取り組みを大胆に見直し、コロナ禍における県支部協の取り組み方針を再構築したいと思っております。
事務局会議、地区協代表者会議等でご議論をいただき、実施するものについては即実行で見直しを図ることとします。

次に、昨年引き続き襲われた三・一六福島県沖地震では、二百二十五名の会員より報告があり、百四十九名の方が共済の対象となりました。
「備えあれば憂いなし」と言われます。自然災害共済加入と大型タイプへの変更、携帯電話登録、そして第二連絡先（別居の親族）の登録を昨年引き続き最重要課題として取り組むこととします。

最後に、今年組織内議員「高橋ひでき」、組織重点議員「古市三久」の選挙の年となります。
現役の方針決定を受け、現退一致の取り組みを進めることとします。

今年も各種課題に福島県支部協一丸となり取り組みましょう。



本年もよろしくお願ひ申し上げます



福島県議会議員
古市 三久
NTT 労組組織内
(立憲民主党副代表)

新年あけましておめでとうございませう。
昨年は新型コロナ感染症の拡大とウクライナ戦争により私たちの生活は一段と厳しさを余儀なくされた一年となりました。
食料をはじめ生活物資の大半が輸入に依存していることが浮き彫りになり、物価高が一段と加速する記録的な値上げの秋になりました。
今年も、電気料金をはじめ食料品の値上げが予定されています。「敵基地攻撃能力」を保有するために防衛費の増税も検討されています。抑止力を高めることは「軍拡」を招き、先制攻撃は侵略者になる危険性が大きくなります。一方防衛費が増大すれば社会保障や教育費等が削減されます。今年も物価高をはじめ高齢者層がますます苦しくなる年になりそうです。
微力ですがこうした自民党政治を転換するために皆様とともに平和と生活を守る取り組みを進めてまいります。
会員の皆様のご健康とご多幸をお祈りいたします。



福島県議会議員
高橋 秀樹
NTT 労組組織内
(立憲民主党幹事長)

新年明けましておめでとうございませう。
昨年は参議院議員選挙、福島県知事選挙では大変お世話になりました。
収束が見えないコロナ感染症の中、昨年に続き福島県沖地震、八月には会津北部における豪雨災害と度重なる自然災害に本県は見舞われました。被災された皆様から御見舞いを申し上げます。
また、現在急激な物価高騰と円高により生活に大きな影響を及ぼしております。今後とも復旧・復興、生活改善向上に向けて頑張る所存であります。
皆様におかれましてはご自愛いただきたくとも、より良い一年であります事を心から祈念いたしております。
本年もどうかよろしくお願ひいたします。

立憲民主党 参議院議員 (NTT 労組組織内) 石橋 みちひろ



NTT 労働組合退職者の会・福島県支部協の皆さま、新年明けましておめでとうございませう。
旧年中も、私の国会活動に大きなご支援を賜り、ありがとうございました。とりわけ、昨年7月の第26回参議院議員選挙では、大変厳しい戦いの中、三期目の勝利を勝ち取っていただきましたことに、あらためて心よりの感謝を申し上げます。

しかし残念ながら、私たち立憲民主党は、一昨年の衆議院議員選挙に続いて敗北を喫し、いわゆる改憲勢力に3分の2を超える議席を許してしまったことも含め、国会運営や政策実現の取り組み、特に平和を守るための戦いは、一層、厳しさを増しております。ただ、だからこそ、私たちNTT 労組組織内議員が、2馬力、3馬力の力を発揮して頑張っていかなければならないと、決意を新たにしています。

すでに丸3年になろうとしている新型コロナウイルスの影響や、アベノミクスの失敗による円安・物価高騰の影響等で、国民生活は厳しさを増しています。そんな中で、政府・与党は、防衛費の増や敵基地攻撃能力の所有を目論むとともに、その財源として、増税や社会保障費の負担増を狙っています。年金も実質カットが続く中で、これ以上の負担増には耐えられない、生活できないとの多くの高齢者や介護・医療サービス利用者の声が、私のところにも届けられており、何としてもこの政府・与党の暴走を止め、国民の命、暮らし、そして何より平和を守り抜く政治を前に進めていかなければなりません。

今後も、「つながって、ささえあう社会」の具現化をめざし、これまで以上に努力して参りますので、先輩方の温かいご支援・ご指導、応援をいただきますようお願い申し上げます。年初にあたってのご挨拶とさせていただきます。

安心・信頼、生きがいあふれる二十二世紀 県支部協一体となって取り組もう！

十月三十一日 第二十四回福島県支部協定期総会開く

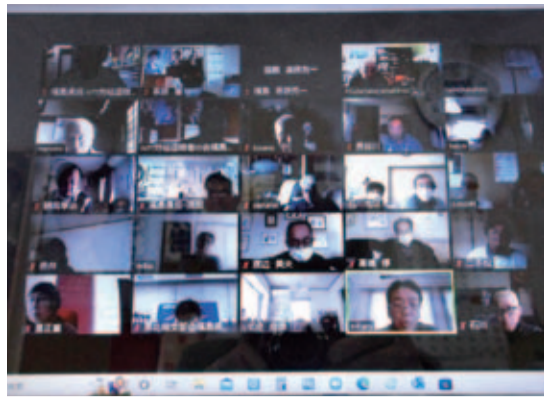
総会開催冒頭、物故者に対して黙とうを捧げました。

議長に伏見吉弘会長を選出し、次の通り挨拶がありました。新型コロナウイルス禍での活動について、支部協と地区協がオンラインで意識合わせを行ってきた。課題として

1. 会員数が昨年比で二十四名の減となり、このまま推移していくと予算の収入に影響することから、会運営の仕方を工夫する事が求められる。

2. 大きな自然災害が発生し、生活が脅かされているが、昨年発生した三・一六福島県沖地震で被害申告された二百二十五件の内、共済未加入者が五十六件（二十六％）もあった。また、全会員の四割が自然災害共済に未加入であり、頻発する自然災害に備えるよう呼び掛ける。

3. 今回の参院選の得票数は六



Web会議参加中の各地区協代議員の皆さん

■ 各地区協の総会開催状況 ■

地区協	開催月日	開催形態・会場
福島	11月18日	書面決議方式
二本松	11月15日	幹事会方式（福祉センター）
郡山	12月16日	役員会方式（安積公民館荒井分館）
須賀川	11月22日	書面決議方式
白河	11月25日	幹事会方式（サンフレッシュ白河）
石川	12月16日	幹事会方式（玉川村マーヴェラス）
三春	11月21日	幹事会方式（八文字屋）
会津	11月20日	書面決議方式
いわき	11月30日	書面決議方式
南相馬	12月16日	書面決議方式
相馬	11月30日	書面決議方式

万票減らし、県内でも千二百十三票減らし千五百七十七票にとどまった。今年実施される統一自治体選挙の必勝に向けた取り組みを。

4. 新型コロナウイルス感染は収束の兆しが見えず、ウィズコロナの活動の在り方について検討を始めよう。



総会を運営する県支部協の役員

続いて中央協の川辺事務局長から挨拶がありました。
1. 会員は現在十二万五千八百人で、昨年度比八百十三名の減と加入率も五十％を切り、危機意識を持っている。
2. コミュニケーション活動については、サークルを立ち上げて成果を上げている組織もある。会と会員とのコミュニケーションを深める事が大事だ。引き続き、菅野一喜事務局長から事業報告及び新年度事業の提案がなされ、質疑討論の後全会一致で承認されました。
なお、役員については昨年度同様の体制で執行することとします。欠員の事務局次長の選出については、今後作業を進めることとし、具体化された時点で地区協代表者会議等に諮ることとします。



無料法律相談

困り事は深刻になる前に、先ず連絡を
予約は**024-534-1144**
遠方の方は電話でも相談可能です

新年あけましておめでとうございます。

皆様には、日頃から大きなご支援を賜り、私の政治活動をお支えいただき、心から感謝申し上げます。

立憲民主党は秋の臨時国会から新しい人事体制となりました。

私は、現在、長妻昭政務調査会長の指示で副会長を務めています。党の政策をつかさどるポジションです。これまで訴えてきた「だれひとり置き去りにしない」政治を、政策に一層強く反映させていきたいと思っております。

また、泉健太代表が本部長となり、ライフワークである『子ども・若者応援本部』事務局長、そして、ジェンダー平等推進本部事務局長に就いています。

臨時国会では、通園バスの中に置き去りにされ、幼い命が失われた悲劇を繰り返さぬよう、中心となりとりまとめた「通園バス置き去り防止法案」を国会に提出し、政府に迫った結果、『安全装置の義務化』『設置費用の全額補助』へと政府方針を変えることができました。

さらに、維新と協議を密に重ねて「若者・子育て世代緊急支援法案」を共同提出しました。物価高騰が国民生活に著しい影響を与える中、若者並びに出産及び育児をする者に対し緊急に必要な経済的支援を定め、子育てを社会全体として支援することを目的とします。

そして、性暴力被害を受けた元女性自衛官を支援し、自衛隊内の特別防衛監査の実施、防衛省、加害者からの謝罪の実現に繋がりました。

これからもしっかりと結果を出し、「だれひとり置き去りにしない」政治を実現すべく、全力で取り組んで参ります。

退職者の会福島県支部協のますますのご発展と、皆様の今年一年のご多幸を祈念申し上げます。



岡本あき子

立憲民主党 衆議院議員

2023年、新たな年を迎えました。コロナ禍で迎える3回目の新年となりますが、先輩の皆様におかれましてはお元氣でお過ごしのことと思っておりますし、心からそう願っております。私は、先輩や仲間の皆様に預けていただいた参議院の3期目の議席で16年目の国政活動に入っています。与野党逆転の夏と言われた2007年の初当選時から与野党双方の立場で国会運営等に尽力し、今は一強状況が続く中で、働く人の声や思いを代弁する立法府の議員として活動を続けさせていただいています。

また、同じNTTグループの職場に働いた後輩の一人として、NTTグループにかかわる法律案や政策を扱う参議院総務委員会で一貫して情報通信政策に関して表裏関係なく取り組むことで少しでも働きやすい職場をつくること、より良い事業環境をつくること、ひいてはそれが国民・お客様、そして先輩方のためになることに貢献することができたのもまた預けていただいた議席があるからこそです。

昨年10月に召集された臨時国会から8年ぶり2回目となる経済産業常任委員長に選任されたため、少しの間総務委員会を離れるとともに、公正中立の立ち位置を求められる常任委員長であるため、しばらくの間国会質疑に立つことはできませんが、その分、それ以外の国政活動等にまい進したいと考えております。

民主党政権が瓦解して10年が経過しました。この間、長く続く一強政治がもたらしたものは、社会の分断であり、格差の拡大であり、民主主義の底が抜けようとしている現状です。このような時代に議席を預けていただいている責任の重さを痛感しながら、初心と感謝の気持ちを常に携え、政治を少しでも良くするため精一杯の活動を続けてまいります。

先輩の皆様、お身体にはどうかくれぐれもお気をつけてください。またお目にかかれる日を心から楽しみにしております。



吉川 沙織

立憲民主党 参議院議員 (NTT労働組織内)



吹矢と私

福島地区協議会 佐藤 貞徳

スポーツ吹矢の体験会で高得点を出した事がキッカケで、始めてから20年になりました。

この吹矢は自分の息を使って飛ばすので、強い腕力を必要としません。性別や年齢に関係なく楽しめます。用具もコンパクトなので家庭でも出来、より健康効果を高めることが出来ます。吹矢を始めてから風邪をひかなくなったと多くの声を聞きます。

椅子に座って吹くことも認められているので、障がい者の方とも一緒に練習しています。障がい者だけの全国大会や小中学生の全国大会も盛んになってきました。年齢に関係なく出来るので、少し実力が付いたら家族三代で大会にも参加できます。

10年ほど前は競技人口も少なかったので、希望すれば東京で開催される全国大会に参加することが出来ました。知人に全国大会に行ってきたことを話したら、「すごいね!」とびっくりされましたが、当時は他のスポーツの様に県の予選会がなかったので、全国大会に行くことが出来ました。

吹矢の特徴として競技会の他に実力認定制度があります。試験の時は今でも緊張しますが、この歳になると良い刺激になります。

コロナでここ数年振り回されていますが、早く落ち着くことを願い、今まで通りの練習やお茶飲み会が出来ることを楽しみにしています。

会員紹介コーナー

自分の趣味・特技を元気に楽しんでいらっしゃる方々をご紹介します。



パークゴルフで健康維持

相馬地区協議会 鈴木 栄

私は健康維持のために、パークゴルフが無理しないで継続できる運動だと思い、10年ほど前から友人の誘いも有って行っています。

歩数は、ネット調べによると下記の通りです。

- 1日 2,000歩……寝たきりの予防。
- 1日 5,000歩……認知症・心疾患・要介護・脳卒中予防。
- 1日 8,000歩……脂質異常症や糖尿病・高血圧の予防。

※：研究結果として、1日8,000歩以上を目安に歩くことで、健康寿命を延ばす事や健康維持に繋がる事が分かっています。

私の場合は、仕事では7,000歩ほどでパークゴルフを合わせると10,000歩前後になるので、多少は多いかと思っています。

体の健康だけでなく、知人・友人との関わりで精神的な面でも健康で過ごせています。関東採用の私には、福島の退職者は全然知らなかったのですがパークゴルフを通じて知り合い、時には大会が有って楽しくプレーしています。

また、大会に向けて向上心をもったり、競争心が出て気持ち的に若返って来るような気がしています。

プレーの出来る施設が、2ヶ所と隣市にも有って環境が良いので、続けていける限り続けようと思っています。



後列右端が鈴木さん

健康の秘訣は「ウォーキング」

会津地区協議会 井上 慶一

私は50代のころに70キロを超えるほど太っていた。日常はいているズボンのウェストがものすごくきつくなり、これは大変だと思ったのがきっかけで歩くようになった。

通勤や昼休みに歩いたのですが、歩数計で計ると1万歩に届きません。これを劇的に変えたのがネットにあった東京駅から新大阪駅までの新幹線ルート92万1千歩を3ヶ月かけて歩くという、エクセルのファイルを購入したことです。

歩数を伸ばすと新大阪駅が早く近づくので、楽しく挑戦できました。結果、退職時には65キロまで痩せることに成功しました。退職すると時間があるので農道を歩いて十字路単位で時間を計ったり、1分毎ごとの歩数を数えたりして歩数距離をさらに伸ばしました。その結果、毎年1キロ強ずつ痩せて体重は55キロまでになりました。

今度はウェストが細すぎて合うズボンを探すのに大変苦労している始末です。

毎日、元気に歩くことが出来るのと、新大阪駅までは55日で到着するようになり、今度は東京駅に向けて歩数を伸ばしています。

皆さん、無理せず“ウォーキング”をしてみませんか!



潤いを求めてパステル画を描く

いわき地区協議会 鈴木 和雄

在職中は全く出来なかった趣味は「絵を描く」ことでした。退職後、2018年度市民講座で「初歩のパステル画」を受講する機会に恵まれ、閉講してからも受講者有志で“パステル画サークル「四季」”を発足させ、楽しく描くをモットーに活動しております。現在10名の会員で、制作した作品を月一回持ち寄り、講師や会員相互のアドバイスや交流を図っています。

2019年台風19号による被災や地震…。また、昨今のコロナ禍等により活動機会が少なくなる中、潤いやふれあい感動を求めて活動してきた4年間の成果を、2022年9月、いわき市文化センターにおいて作品展を開催することが出来ました。多くの来場者に鑑賞して頂き、喜びと感謝の気持ちでいっぱいです。

パステル画は油絵や日本画、水墨画、版画等に比べ独特な柔

らかな表現が出来、基礎的な表現技術もそれほど難しくなく、誰でも気楽に楽しめる描材です。また、チョークのようなソフトパステルは顔料の割合が多く、指で描いたり多様な表現が出来ます。手軽に始められるので、興味がある方は是非チャレンジをお勧め致します。



「窓辺の少女」



2022年9月のいわきサークル作品展

自然のものを使って

石川地区協議会 吉田 ミエ子

1990年に会社を退職して30数年、この間、各地区協の仲間や地域の人たちとの仲間づくりなど、これまでに会った多くの人たちと交流をしています。

退職した時に籐手芸サークルに誘われ作品を見た時、これなら自分も出来るかなと思い、今も続けています。

始めたころは材料が硬いため指先が痛くなり苦勞しました。作品は作る度に友達にプレゼントしたり、自宅に飾ったりしています。

また、年に一度、三島町で開催される“工人祭”にも出品しています。石川町の文化祭にも出品し、数回コンクールで入賞しています。

作品作りで苦勞していることは材料の調達です。アケビ、山ぶどうの蔓、クルミの樹皮等、妙高市の妙高高原で採れたものを必要な数だけ使っていますが、編みやすく加工するのが大変です。

これからもサークル仲間との会話を楽しみながら、作品を作り続けていきたいと思っています。

その他、絵手紙も労金石川支店のロビーに展示したり、グラウンドゴルフ、太極拳など指先と体を使い仲間と一緒に活動することが、健康を維持することに役立っているものと思います。

薬は何も飲んでいないのが、私の唯一の自慢です。



自慢の籐作品



銀行内にも展示している絵手紙

マラソンと“なんちゃって農業”

須賀川地区協議会 紺野 武志

小さいころの運動会では、いつも“ビリ争い”。そんな私でしたが、NTTの先輩がトライアスロンをやっているのに憧れ、40代からトライアスロンにチャレンジ。ランニング・自転車・水泳。特に苦勞したのは水泳でクロールが50Mしか泳げません。なんとか、ゆっくり泳げば1,500M完泳。全盛期では、2時間で6,500M泳ぐことができました。

何とかなるもんですね。うつくしま大会・太平洋大会と完走してきました。とにかく長い距離を走ることが、持久力が付くとの仲間うちでの話だったので、ランニングではハーフ(21k)、フルマラソン。またまた、チャレンジ生活。とにかくフルマラソンに参加。一人で遊びに行くと女房に叱られるので、伊勢・いわき・金沢・那覇・姫路城・マウイ・ホノルルとチャレンジしてきました。結果は完走あるのみでした。

また、ウルトラマラソンのボランティア活動をする中で、今度はフルマラソン以上の距離を走るウルトラマラソンにチャレンジ。

昨年、初めて開催された「第1回 OSJ 会津磐梯山ウルトラマラソン」100k・65kの部があり、とりあえず65kに。裏磐梯休暇村からアルツ磐梯・天鏡閣・猪苗代・昭和の森・カメリーナがゴールの65k。

いろんなドラマを経験し、9時間15分でゴール！無事完走。

しかし、運動はしっかりやっていますが、ポッコリお腹のままです。

今は、“なんちゃって農業”にもチャレンジしています。先輩！色々教えてください。今年のサツマイモの収穫です。

孫の教育係にもチャレンジしています。遊びに来てください。体験学習かな。

みんなで、退職者の会を楽しく、生き生きとしていきましょう。



磐梯山マラソン、右側が紺野さん



孫と一緒に芋掘り

七面山（法華経信仰の聖地）登詣

白河地区協議会 釜田 正之

私の家は日蓮宗です。子供の頃より亡父から身延山久遠寺にお参りしたことは聞かされておりました。特に宗教に凝っていた訳ではありませんが、菩提寺の総本山にお参りしたいと考えておりました。

元同僚との会話の中で、菩提寺が同じで、身延山と七面山旅行に行くこととなりました。

旅行の行程は、日蓮宗の信仰の聖地である七面山にある宿坊に泊まり敬慎院にお参りすることです。

七面山は標高1,982メートルある美しい霊山です。登山口から約1,500メートル登る必要があり、登山道には登詣者のための茶屋が疲れを癒してくれました。

日頃より歩くことを日課にしていた私ですが、標高1,900メートル辺りで疲れが溜まったのでしょうか、両太腿に電気がはしり、通常速さでは歩けなくなり、非常用に持参したヘッドライトを点けながら、通常5時間のところ6時間かかりました。しかし途中の身延町の夜景は疲れを忘れさせてくれました。

宿坊に夜の6時頃到着、前日の夜に初雪が降って屋根に雪が積もっていました。夕食は精進料理と聞いていましたが、その内容はご飯、貝がワカメのみそ汁、漬物と質素な夕食です。空腹の私には大変おいしく思えました。遅くの到着のためか風呂は既に火が消され、ぬるい湯船に震えながら入りました。お勤め後は疲れはて名物5人用の袋布団で雑魚寝です。それでも翌朝のご来光では、この冬一番の雲一つない富士山が眩に焼き付いて離れない光景でした。

七面山は信仰の云々に関わらず、一度は登りたい山の一つと思いますのでご紹介しました。



七面山敬慎院



左側が釜田さん

無理せずゆっくり1週間

三春地区協議会 桑山 トミ子

NTTを退職して早25年になる頃かと思います。昔の三春局は冷房装置が無く、大きな氷をあちこちに置いた交換台での仕事を思い出します。

あの頃は家庭では嫁であり、母でもあり、沢山の方々にお世話になり仕事を続ける事が出来たと感謝しております。沢山居た家族はいつの間にか散らばり、そして今が多分一生で一番穏やかに暮らせているように思います。

高校は田村高校の陸上部でした。体を動かし発散できる喜びを知り、町の体育指導員を続けながら日本水連の指導資格やアーチェリー指導資格を取得し、沢山の子供達との関わりを持つ事が出来ました。

現在は、月曜日、荒町地区の百歳体操開催時に笑いの絶えない楽しい体操や読み聞かせ、昔ばなし、お茶会等を行っています。火曜日は詩舞(詩吟による舞)、水曜日は3B体操、木曜日はMKC(三春健康スポーツ)、金曜日にさらら会(万葉集や奥の細道)、とにかく人と関わり楽しく過ごせることに無理せずゆっくりと参加しています。もちろん行事が重なることも。優先順位でNTTOB会主催のグラウンドゴルフには必ず出席させてもらっています。懐かしく楽しいから。



NTT三春グラウンドゴルフ(2022年10月24日) 後列左端が桑山さん



三春踊り「夕鶴の舞」