

支部協だより

第57号

発行所
 N T T 労組退職者の会
 沖縄県支部協議会
 沖縄県浦添市城間4-35-2
 ☎098-870-7101
 Fax.098-875-7450
 責任者
 黒島善市



市長 黒島善市

トウシビーおめでとう

沖縄・奄美では、十二年に一度めぐってくる自分の生まれ年(トウシビー)の年を旧正月初めの同じ十二支の日に無病息災を先祖や火の神(台所)に願い、祝宴を開く習わしがある。

この祝いを沖縄ではトウシビーまたは生年祝(シニシゴイ)宮古ではトウスビ、八重山では生年祝と言われている。このほか八八歳(米寿)のトウカチ、九七歳のカジマヤーがあり各々旧暦の八月八日と九月七日にお祝いをするのはご承知のとおりだ。ところで今年のトウシビーの方は七三歳が二名、八五歳は一名おられます。厚おめでとうございます。厚生労働省の平均余命表によ

ると七三歳の男性で十三年、女性は十八年、八五歳の男性はあと八年間生きられることになっている。

このように私たちは平均寿命をはるかに長く生きることができるとして戦争を経験し、命の尊さを身を

もって会得した。

しかるに私たちが取り巻く昨今の社会情勢は殺人・自殺と、余りにも命を軽んじる傾向にあると言えよう。それは政財界そして教育者までが損得のみで判断しているからではなからうか。

談合問題、不二家の件にしても消費者の健康より会

トウシビー祝いおめでとうございます

八五歳のコメント

*津波良雄さん

耳は少し遠くなったが、毎日のウォーキングで至って元気です。

七三歳のコメント

*赤嶺幸子さん

家の近くに温水プールがあり、ほとんど毎日行って三十分位歩いたり泳いだりしています。又、ボランティアで赤十字奉仕団や更生保護女性会民生委員をして、地域活動にも積極的に参加をして健康増進につとめて

ひまはない。早寝早起き。

います。

*伊波興昭さん

朝は六時に起床、夜は十時に寝ます。ポケ予防のため頭の体操、漢字パズルを解く。時々ウォーキング、新都心まで。

*嘉数幸清さん

畑仕事をやりながら小湾老人クラブのグラウンドゴルフと、月一回ふれあいサロンなどで楽しんでます。

*上運天政徳さん

毎日サンデー、仕事する

社

の利益のみを考えた結果である。また子供に対しては『良い高校、大学そして会社へ入れるために勉強せよ。それは将来、損をしな

いたためだ』と教え、法律も「人を殺してはいけない」と

は書いていない。罰則があり、捕まったから損をする

と教えている。事の善悪は二の次だ。

私

たちは、これからの余

命を今までの知恵と経験を

生かし、お互いに思いやり

の心と結まいるの精神で、

元気で楽しく過ごせるよう

努力していきたいものです。

朝ウォーキング。畑で土地

いじり、水まき、ひと汗かく、

昼寝一時間、月二回ヤンパ

ルドライブ。楽しく過ごして

居ます。アシタがアルサー、

*久場恵美子さん

孫の送迎などで、病気を

している暇なし。

*黒島善市さん

体力の衰えは如何ともし

がたく、現状維持に向け筋

トレに努力中。そして一日

一日をもっと大切にしなければ

と思う今日この頃です。

*崎山用進さん

いつもプラス思考で頑

張つていきたい。

*平良森雄さん

健康で元気に七三才を迎

えることができました。福

祉活動で頑張っております。

十人の孫達に囲まれ、夫婦

共々元気で楽しく日々を過

しております。シークワー

サーを食し、潮風を吸いな

がらウォーキングで健康保

持に努めています。ゲート

ポールも楽しんでおります。

*玉城哲弥さん

孫の子守で、いたって健

康にすごしている。朝は

ゆっくり、夜はスポーツ

ニュース(十二時)を見てか

ら休む。

*仲栄真正子さん

私のしごと。主なしごと

は、安全な食材(有機無農

薬栽培)を求めること。お

茶も、宮崎県の農家から直

接購入。ほかに薬草栽培。

我が家の小さな庭の空間を

利用して、カンバラ(心臓

の薬)、コヘンルーダ(喘

息、風邪の薬)を植えて、

自給自足。

*比嘉春子さん

明けましておめでとうご

ざいます。民生委員をして

います。一人暮らしのお年

寄りや体の不自由な方を友

愛訪問して話し相手になり、

自分が元気を貰っています。

週末は農園(?)に行き雑

草と会話しています。

*比嘉康吉さん

おめでとうのおことは、

うれしく思いました。有り

がとうございます。健康

法:とくになにもやって居

ませんが元気です。趣味で

囲碁を少し、晩酌をかるく

しています。

*東崎原久子さん

保育園児・児童セン

ター・市内公民館のミニデ

イサーピスの高齢者の皆さ

んへ軽体操・レク・民踊等

を指導、他十二教室指導。

芸は身を助けると云われて

いる。ボランティアと思っ

ていたが、すべて自分の健

康づくりに役立っている。

教室移動は、親ゆずりの足

とバス:

*外間貞則さん

週三〜四回ウォーキング

をやっています。

*松田栄子さん

お祝いのお言葉ありがと

う御座います。週一回民踊、

週三〜四回グラウンドゴル

フ、ゲートボール、午後五

時から八時頃まで三才の孫

と楽しく過ごしています。

*宮城千代子さん

最近では手荷物が重く感じられるようになり、筋力の衰えが気になり、何か身体を鍛えなければと思いましたが、たまたま浦添市の広報に目を通したら、健康体操として太極拳と民踊の講座がある事を知り、今は太極拳(月二回)と民踊(週一回)に通っています。

*宮平盛孝さん

平成八年三月に退職し、現在に至っております。毎日健康に気をつけ、時間のある限り毎日でもウォーキングを朝に一時間、夕方には愛犬の散歩、そして孫達の塾通いを車でしています。好きな酒は週に一日だけは休肝日しております。早寝、早起をモットーにしております。

*本永朝昭さん

時間があれば一日一〜二時間スポーツクラブで汗を流している。それに趣味が多様で、三線、囲碁、太極拳、そしてゴルフ。ゴルフを始めて三十年になるが、ここに来てやっとドライバの安定したスイングができるようになり、益々ゴルフが面白くなってきた。

「ピンピンコロリ」の勉強会は?



安里清林(初代会長)

猛暑・温暖化による地球的气象異常、それに電磁波の氾濫する中でヒトの体調にも厳しい時代に、会員の皆様いかがお過ごしでしょうか。ご健勝を祈ります。大自然のパワーの前に人間が太刀打ちできないことは百も承知ですが、ここまで栄えた人類の英知を結果して人間が造り出した異変を最小限に抑える方法を考えだせればと願うばかりです。

自然界だけでなく政治・外交においても、何やら波乱の兆しがちらほらと伺えます。私たちの身近な問題、介護保険は二〇〇〇年四月に施行されてはや六年が経過しました。発足当初二一八万人だった要介護認定者が三年後には三三八万人を越え、その後も増え続けています。

要支援は生活を支援して自立を促そうと設定されたのですが、支援が加えられて高齢者の廃用性症候群をもたらす重度化させている。介護保険制度を巡っても悪質業者の不正が後を絶たない。厚労省によると、六年間で事業者指定を取り消された事業者数は全国で二五五業者。実際に訪問介護

しているのはガン・心臓疾患・脳血管疾患・糖尿病・腎臓病など、これらの病気はこれだけ進歩した現代の医療でも治せていません。いつまでも元気で長生きしたいと思いつながら、死ぬときは寝たきりにならないでコロリと大往生したい。これが長寿日本一長野県のPPK運動(ピンピンコロリ)。ピンピン跳ねてコロリと終る。延命治療のために点滴のチューブや酸素マスク、その他いろんな管でつながれた状態をスバゲティ症候群といいます。

わが身に降りかかって来ないかわかりませんが、こんなになってまで長生きしてもありがたくないと思う方が多いはず。直前まで自分の生活習慣病、今私たちを脅か

とは自分でできる、最後はPPKで終りたい。そのためには自分の健康は自分で守る姿勢が必要だと思います。終りに、退職者の会においても健康は自分で守る会をつくり、勉強会をしたいと考えています。いかがでしょうか。

連絡先: 〇七二一九八一〇七(FAAX兼用)

「会員の計報について」大城朝孝さん・沖縄市美里(二〇〇七年一月二日没) 常間清光さん・浦添市沢岨(二〇〇七年一月六日没) 貴福をお祈り致します。

NTTのシンパになって!

NTT西日本一沖縄地域ふれあい促進室から 先輩の皆さん今日は、私たちはNTT西日本一沖縄(呼称:エヌ・ティ・ティニシニホン・ハイフォンオキナワ)総務部・地域ふれあい促進室からのお便りです。

まず始めに、地域ふれあい促進室の役割を紹介します。昨年七月のNTT西日本の「業務運営体制の見直し」に伴い「地域経営戦略の一つとして」地域とのコミュニケーションを通じてNTTの親派を創ることを目的として総務部の中に置かれ発足しました。主として、広報活動中心に地域イベント等への参加の取り組みを行っているセクションです。

ご承知のように、私たちNTTを取り巻く経営環境は非常に厳しく、特に情報通信産業を担う企業としての市場は熾烈な競争を極めていきます。

そこで、先輩諸氏のお力を拝借し沖縄における地域への「NTT親派創り」を更に広げ、より理解者獲得に向けての作業を進めて行きたいと思っております。その事が未来へのNTTの生き残る道であり、後輩に出来るより良い参画のひとつだと思ひかけることとしました。具体的には下記の取り組みを実施し、コミュニケーションを図りたいと思っております。

- 「NTTに関する事象等なんでも」言いたい放題交換会の実施 一、NTT沖縄支店の動き 二、地域貢献活動・組織状況の報告 三、先輩各人がNTTにして貰いたい事 四、災害関連について

はじめに以上の事を実施し情報の共有化を図り、必要に応じて専門的な対応もしていきたいと思っております。皆さんのサークル活動の場所へも突然お邪魔するかもしれませんが、その際は宜しくお願いいたします。

現役の社員・退職者も共に「企業の明日について」語り合う楽しいひと時にしたいと思いますので、宜しくお願いいたします。

事務局だよ!

- 1、二四七名の自動引落し手続きをやっていない会員へ「預金口座振替依頼書・自動払込利用申込書」(退職者共済用)の様式を送付しました。記入上の注意として、印鑑は、二枚目の用紙を含めて「三箇所」(捺印も含む)あります。三枚目は、本人控えですので送らないで下さい。なお、区分コード及び個人コードは記入しなくてよい。同コードについては、事務局で記入します。下欄の「所属支部協会は所属組合」の欄は、「沖縄県」のみを記入して「連絡先」、「自宅住所等」を記入して下さい。
- 2、郵便物を送付するのに、宛先を記入しない会員が見受けられます。切手をはっている返信用封筒には必ず宛先は記入して下さい。
- 3、目、血管(脳や心臓)、足、膝等に障害が現われた会員の方々のおうわさが聞かれます。自分には、まだ体のことこそは大丈夫だと前向きにとらえて家ぐまいせず、外に飛びだしましよう。