

泉何撮

NTT 労組退職者の会・大阪支部協議会 発行責任者 大庵芳彦
 ☎533-0003 編集責任者 小林 保
 大阪市福島区福島3丁目1-73 コミュニティプラザ大阪内
 Tel. (06)6451-8100
 Fax. (06)6344-9382

美しく健康、生涯いきいき

5月は健康ウォークラリー月間

自分の足で健康を確かめましょう!!

今年も恒例ウォークラリーの5月がきました。

健康は自分で作り上げるもの、年々参加者も増え、回を重ねて8回になります。

万歩計をつけて 無理せず ポチポチと

5月の青い空、爽やかな風、鮮やかな緑、そんな中をマイペースで歩きましょう。

一日に何千歩あるかなければと言う事ではなく、毎日の日常生活の中で万歩計をつけ、体調を確認し、外出、散歩、家庭などでの歩行数を記録し、さらに歩数を距離に換算して、添付の記録用紙に記録していきます。自由な時間で参加して下さい。記録が面倒などと思わずに、努力の結果を集約してみてください。毎日の行動が日記になったと、昨年も感想を寄せていただきました。



花見日帰りバスツアー

“紀州路で桜の散策”

参加者90名(男性38名・女性52名)今回は天王寺に集合。バス2台に分乗し、花どころを目指して泉州路を一路南へ。途中高速道から遙かに春霞にかすかな大阪湾の海を望みながら快走。車中では、道路沿いの桜も愛でながら何時ものように近況の交換が賑やかに続く。やがて、しだれ桜で知られた根来寺に到着する。歴史に名を残す根来衆に思いを馳せながら満開の桜を期待したが残念!!いまださきやかにちらほら咲き。国宝の大塔をはじめ真言密教の由緒ある堂塔を拝観する。会席の昼食にも春の香り、ビールのほろ酔いが一分咲きの桜を七、八分の見ごろにしてくれる。西国3番の札所粉河寺へ。由緒ある古刹の桜花爛漫を楽しみにしたが、こちらも同様明日には綻ぶような蕾みが一杯。花びらを浴びながらの気分で散策する。帰路は途中緑化センターに立ち寄り、愛らしい花、温室に咲く花、様々な花で爽やかな春を満喫する。土産物も手に車窓からの花も楽しみながら、黄昏のせまる大阪へ、それぞれ次ぎの行事の再開を約し家路へついた。

全参加者に記念品を進呈

本紙別頁の「健康ウォークラリー記録用紙」に1日から31日の期間中の歩行記録を記入し集計してから6月15日までに当支部協へ郵送して下さい。後日、参加者全員に記念テレカを進呈します。さらに一言で結構です感想をお寄せ下されば幸いです。ミレニアムの今年もウォークラリーが“美しく健康”を支えます。

協賛スタンプラリー

とき 5月12日(金) 10時～
 雨天中止【降雨確率40%】
 問合 ①090-3056-3162(今井)
 ②090-8888-2210(玉谷)

ところ 服部緑地公園内
 集合 10時 北大阪急行「緑地公園」駅西出口
 コース 当日お渡しする「順路図」に従って
 公園敷地内を散策

参加費 無料(飲物を配ります)
 交通費・弁当は各自負担

申込み 5月9日までに支部協
 ☎06-6451-8100 関中ブロックがお世話します

愛のカンパへのご協力 有難うございました

3月末現在で

カンパ頂いた方 878名

カンパ額 1,428,000円

となりました。

振り込み額は引き続き整理中です。
 最終結果は6月15日付会報でご報告します。
 まだ、お済みでない方もお早くどうぞ!

振込書の通知欄にこんな嬉しい小文が。

大阪城の梅林も今や満開のこの頃、無事毎日をごしております。僅かばかりの志ですがお受け取り下さい。
 まだ寒き折から御身大切に!!

2000年記念旅行 冬の北陸 井岡 和子

山代温泉一泊旅行参加71名、バス2台に分乗して実施された。

ミレニアムを記念して2月22日、12時12分と2000年にこだわった日時の設定であった。大雪に見舞われるのではないかと心配したが、八日市あたりから北陸山代温泉までは美しい雪景色をみながら、無事5時過ぎに雄山閣に到着した。

久しぶりに懐かしい友との再会、大浴場で裸のつき合いで昔話に花が咲く、夜の宴会では、豪華?な、料理に舌づつみを打ちつつ、カラオケに踊りと大変な盛り上がりであった。

メインイベントは仮装行列、大阪から持参の多種多様な衣装に見事なメイキャップ姿で練り踊り、爆笑と大きな声援の中に楽しい大宴会が終了した。宴会後は檜造りの露天風呂で、ぼたん雪がちらつく中ゆったりくつろぎ情緒をたっぷり満喫する。



翌朝は、ちらついていた雪もやみ晴天となる。日本三大名山の一つといわれる白山が、重なり合う山々の背後に神々しいほど美しい姿を見せ感動する。地元でもめったにこれほど美しく見えることはないそうで幸運であった。私も学童疎開で福井の山奥のお寺で春から秋まで過ごし、毎日眺めていた白山とは全然違った感じを受けた。素晴らしい絵を眺めているようであった。加賀温泉のユートピア観音を拝観、金箔の大きな観音であった。

ゴージャスな世界のガラス館を見学広い館内はガラスづくし、見ているだけでも楽しい甘い香りのするお菓子の城、海産物店で昼食をすませショッピング、一泊の旅行もまたたくまに過ぎてしまう。色々と気遣いをみせる幹事さんお世話様でした。

去年は、悲しみのうちにしおれている私を励ましてくれた友人たちのお陰で参加し、心も癒されこんな楽しい企画がいつまでも続きますようにと心から念じ、皆様のご健勝を祈り再会を願ってやみません。

(田中睦久さん撮影)



心と体のリフレッシュ ファイブアップ(5UP)体操へのお誘い

日々の生活の中で、心や身体の癖から知らず知らずの間に作っている痛みや苦しみ。私たちはこれから解放されるために、調整運動として、5UP体操を行っています。血流を良くし筋肉疲労を取り除いて、本来あるべき姿に自らの身体機能を再生させ、健康を取り戻すのです。

現在27名の仲間と「生涯青春」のスローガンを掲げて頑張っています。始めはなかなかリズムに乗れずごちなく先生についていっていましたが、ボールやリング体操を使っている体操に、ようやく身体も慣れて心地よい汗をかいています。

年齢に関係なく、どなたでも楽しめる体操です。皆さんも一緒に参加なさいませんか?

お待ちしております!

●●楽しい仲間●●

井岡 和子	上山百合子	大串 チエ	大橋 康子
大橋 善一	大森賀津子	岡橋 静子	開発多美子
勝城 照代	川手 昭子	草薙 敏子	幸田 幾子
香呂トシ子	小西 斎枝	小林 静子	佐々木照子
佐々木鳴美	太口 昭一	田中 肇	田伏 信子
東久保忠子	藤井 幸江	前田 亘子	松葉 頼子
宮田 信子	涌田 ミキ	鷺谷 憲	

お稽古の日時 毎月第1月曜日 14時から

お稽古の場所 NTT大阪内本町会館
(6月からはハロースポーツ守口で)

毎月の参加費 1,000円

お問い合わせ先

会 長:	前田 亘子	☎06-6992-4416
相 談 役:	鷺谷 憲	☎072-876-4500
会 計:	佐々木照子	☎06-6381-1996
監 事:	草薙 敏子	☎06-6334-2118



《レク行事のご案内》

— 古都巡り (ハイキング) —

ウォークラリー月間の初級者向きです。
多数の参加をお待ちしております!!
と き 5月17日(水) 雨天決行
集合時間 10時30分
集合場所 近鉄 奈良駅 公園側改札口前
行 先 依水園—東大寺—春日大社—
新薬師寺—奈良公園(飛火野)
参加費 無料
交通費・弁当・飲み物は各自負担
申込み 5月10日(水) までに支部協
☎06-6451-8100

— 新緑を求めて (歩こう会) —

と き 5月21日(日)
10時～ 雨天中止
雨天時の問合せ 090-3056-3162 (今井)
090-8888-2210 (玉谷)
集合場所 JR 山崎駅 改札口
行 先 天王山・柳谷コース
参加費 無料
交通費・弁当・飲み物は各自負担
申込み 5月10日(水) までに支部協
☎06-6451-8100

— ゴルフコンペ —

◆第5回3月22日(水): 通算31回の成績
光丘カントリー倶楽部 34名参加
優勝: 松下 廣重 2位: 藤本善三郎
3位: 坂田 修造 BB: 吉富 義治
NP: 鷺谷 憲 DC: 坂田 修造
NP: 中原 英夫 DC: 山崎 正順
NP: 藤本善三郎 DC: 西畑太司良
NP: 涌田 洗 DC: 吉富 義治

◎次回予告

*5月24日(水) 9時54分
OUT・INスタート
*牧野パークゴルフ場
(プレー費 約8,500円、
65歳以上割引あり)
*10組(先着40名限り)
*表彰: 前回通り
*参加費: 3,000円
(賞品・参加賞・表彰懇親会費等)
昼食費は各自負担
申込み 4月25日(火) 迄に支部協
☎06-6451-8100

テニスクラブ(硬式)
会 員 募 集

テニスを始めたい人、お待ちしています
おしゃべりとテニスを、のんびりと

参加資格: 退職者の会員とその家族
使 用: NTT和泉運動場(堺市室堂1111-2)
テニスコ 0725-56-3770
開 催 日: 毎月、第1日曜日と第3金曜日の各々
午前9時～2時間(2面使用)
★第1回練習日は、5月7日(日曜日)
午前9時 現地にお集まり下さい。
入 会 金: 一人当たり2,000円
(ボール代等、不足すれば臨時徴収あり)
申込方法: 官製ハガキをお願いします。
☎598-0075 泉佐野市佐野台98-17-461
廣道 襄まで
☎0724-63-8222
発 起 人: 村上 雅昭・田川 和男・畑江 武
池辺智恵子・三森 信光・斉藤 勝造
森崎 寛・廣道 襄
協 賛: 大野 算三(NTT和泉運動場)

バザーへの寄贈品
ご協力をお願い!!

日頃、会員の皆様にはボランティア活動に対して、
ご協力を頂き有難うございます。

本年も5月13日(土)に(社団)日本キリスト教
海外医療協力会のバザーが開かれます。

厚かましいお願いで恐縮ですが、ぜひ献品のご協力
をお願い申し上げます。4月末まで受付をしておいま
す。何点でもお寄せ下さい。但し、衣料品は新品に限
るものとし、書籍は対象外にしております。

手作りの品物も結構ですが、この場合、売値を書い
て貼付していただければ幸いです。

バザー献品の送り先

☎530-0013
大阪市北区茶屋町12-30(大阪聖パウロ教会内)
J O C S 関西事務局バザー係
☎ 06-6359-7277
FAX 06-6359-7278



N T T 労組 大阪支部だより

N T T 労組準組織内候補 ひだ 美代子 (大阪10区・高槻・島本) を支援します。

N T T 労組準組織内「ひだ 美代子」については、前回の衆議院選挙において比例区に当選後、今日まで「21世紀を子供の世紀に」を政治信条に「子供国会」の実現や今年5月に東京・上野の森に開設する「国際子ども図書館」を国会において中心となって超党派で実現させてきました。

現在、雇用問題、景気対策、環境破壊、教育問題、医療、介護、年金問題等、21世紀に向けて日本の進路を決定する重要な時期に、政治が解決しなければならない課題が山積しています。

これらの課題について、「ひだ 美代子」は勤労者・生活者に視点をのいた政治の実現目指して取り組んでいく決意です。

今年予定されている衆議院選挙では、民主党を政権交代可能な政治勢力にすることが急務です。「ひだ 美代子」が立候補する大阪10区(高槻市・島本町)は現在、5党(自民党・民主党・公明党・共産党・社民党)が立候補を予定しており、全国的にも注目を集める、大変厳しい選挙区となっております。

つきましては、N T T 労組退職者の会会員の皆様方に、大阪10区(高槻市・島本町)において、知人・友人のご紹介等引き続きご支持・ご支援をお願い致します。

支部協の動き (抜粋)

・第4回幹事会(2月24日)

- ①退職予定者説明会について ②大阪府知事選について
- ③一泊バスレク結果及び今後のレク計画について
- ④ブロック会計担当者会議について
- ⑤愛のキャンパの募金状況について ⑥電話訪問について
- ⑦紹介者カードの今後の取組みについて
- ⑧全国交流集会の参加者氏名確認について
- ⑨積水ハウスとの覚書について
- ⑩春闘決起集会について ⑪常駐者への依頼について
- ⑫テニスサークルについて ⑬組織検討委員会について

・第5回幹事会(3月23日)

- ①愛のキャンパの募金状況 ②各種行事の申込み状況
- ③共済会のボランティア対策 ④1000万署名報告
- ⑤支部からの電話発信について
- ⑥パソコンの購入内容について
- ⑦全国交流集会について ⑧各ブロックの報告
- ⑨ウォークラリーの記念品について
- ⑩西日本本部主催の中国旅行について
- ⑪会計処理業務について ⑫近畿連絡会について
- ⑬退職時期の取扱について
- ⑭4月15日付「摂河泉OB」発行について

おことわり

6月に予定した一泊旅行は都合により取消します。

電話訪問が終わりました

結果は6月号で

関西圏外の方には、ハガキでお問い合わせしましたが、皆様のご協力を得て概ね3月内に終了しました。

現在それぞれを集約中です。

結果は、昨年の例にならって6月15日付会報でお知らせします。

「仲間入りしました」

新入会員ご紹介

神前 庄作	金森 保夫	田中 文子
松南 史郎	今井 清嗣	

お悔やみ申し上げます

岸井 三治	浅井 享	岡本加代子
林 武彦	後藤 利信	奥島 秀吉
松尾作次郎	岩出 重雄	隅田 俊章
吉田 貞一	阪田 進	小川 富造
阿部 亮治		〈合掌〉

【編集後記】

電話訪問では、今年も多くの方々が一年ぶりの交流を、話題も近況から年金、介護保険、春闘までもと幅広い情報交換で協力をしていただきました。結果は次号で集約され、活動に活用されます。

「愛のキャンパ」も時期を変更して取り組むことになりましたが、例年以上の成果を挙げることができました。一面の募金をお願いした本文に掲載されたキャンパのお気持ちたちが全員の暖かい心を代表しています。

ウォークラリー一ヶ月間の五月がきます。無理はしない、これが大切です。歩くことを健康の基本として日課とされている方は多くいらつやいます。そのまま参加して下さい。記録して意外な発見があるかもしれません。汗ばむ初夏の五月、新緑に健康を実感しましょう。

モクレンの花が咲く頃は、別れと出会いが交錯する季節。穏やかな日差しの翌日は冬に逆もどりの寒い風、こんな繰り返しで春がきます。春を呼ぶ選抜高校野球開幕の日も冷たい風の日でした。このニュースがお手元の頃は爛漫の花のなか春宵一刻が楽しみます。造幣局の「通り抜け」もはじまるころでしょうか。毎回のお願いです、支部協活動をご支援下さい。