

NTTPC 月刊発行 PCアイ

毎月18日発行 (トークの日)

NTTPCコミュニケーションズで働く皆さまへ

今、皆さんがご覧になっている社内広報誌「PCアイ」は、社外向けにも発行されます。コピー不可・印刷不可・クリック不可を考慮したPDFファイルでの公開となります。掲載を望まれない又は条件付きの掲載などがございましたら、発行日より3営業日以内に須釜まで(Teamsにて)お知らせください。

今月のINDEX

- 2026年1月19日号の内容は：
 - PCアイ開誌至
 - 特集：NTTPCアドベントカレンダー
 - 愛宕神社参拝と今年(は)どんな年？
 - テコオベ軍団「神田明神」参拝！
 - 新・部長表彰
 - 「hello.pc」ダイジェスト
 - 「技業LOG」執筆者、大募集！
 - 今月のリモートさんリレー
 - みんなの投稿コーナー
 - 短期集中講座(法務考査第1)
 - CSRの森
 - NTTPCキドキリレー
 - ビバ！ヘルシーライフ
 - 経営会議より
 - アンケート♪
 - 編集後記

PCアイ開誌率

◆12月号開読PV数：64PV(NTTPCテナント集計。12月19日～12月18日調べ)
 ※11月号開読PV数：165PV(NTTPCテナント集計。11月19日～12月18日調べ)
 ※社員・派遣社員が対象です。

【特集】全社員参加型！NTTPCアドベントカレンダー

～「技術情報」から「あんなことこんなこと」でんご盛り～

★社内限定コンテンツ★

愛宕神社参拝 & 今年(は)どんな年？

新年も恒例の愛宕神社の参拝に同行しました。今年の干支干支は「丙午(ひのえうま)」。さてどんな1年になるのでしょうか？

◆出世の階段も余裕!?の写真は**こちら**。
 「丙」という字には「大地から芽が出て葉が広がった状態」という意味があります。

陰陽五行説では火性の陽にあたるため、「太陽のように大きく広がる火」「明るい」「活発」「華やか」「生命力にあふれている」などの太陽や火が持つ強いエネルギーを象徴します。

人とコミュニケーションを取ることで、運氣が上がると思われる年でもあります。丙午の「火」には「社交性を高めて人から人へ思いを伝える」力があるとされているので、自分の考えや気持ちや言葉を言葉にして周囲に伝えることで、物事がスムーズに進んだり新しいご縁が結ばれたり、といった良い結果が得られる1年になることが期待できそうです。

＝＝＝＝＝

60年前の丙午(1966年・昭和41年)といえは…(年代流行より抜粋)

【出来事】11PMが放送開始。億ション登場。初カラアニメ・ジャングル大帝レオ公開。敬老の日・体育の日制定。ビートルズ来日。日本でメーリング法完全施行。日本テレビ系の演芸番組『笑点』放送開始 など

【流行・ファッション】原宿族。ロングブーツ大流行。ミニスカート普及。少女ルック。ビビッド・トーン寒色系。人工皮革のくつ。サマーセーター。ミリタリールック など

【新商品・ヒット商品】自動車「サニー1000」(日産自動車)。自動車「カローラ1100」(トヨタ自動車)。鉛筆「ハイユニ」(三菱鉛筆)。化粧品「ビューティケイク」(資生堂)。食器用洗剤「ママレモン」(ライオン油脂)。「ツイスターゲーム」(任天堂) など

【流行語】こまっちゃうな、しあわせだなあ、シュワッチ、バーナーハイ、びっくりしたなーもう など

皆さんが、元気で明るい一年でありますように！

この記事は いいね 参考になった

テコオベ軍団「神田明神」参拝！

1月13日(火)、本年もTO開発部は神田明神へ新年参拝に行っていました。

若手社員も参加し、昇殿参拝を行い、今年一年の工事安全と商売繁盛を祈願しました。

今年(は)は午年、行動やスピード、前進を象徴する年とされています。NTTPCもTO開発部も勢いよく飛躍する年になりますように。

◆神田明神紹介
 天平2年(730年)に出雲氏族の真神田臣(まかんだのおみ)により武蔵国豊島郡芝崎村—現在の東京都千代田区大塚町・将門塚周辺)に創建された由緒ある歴史ある神宮です。昔から「明神さん」と地元の人たちから親しまれてきました。

祀(まつ)られている神様は「たいこく様(縁結びの神様)」「えびす様(商売繁昌の神様)」「まさかど様(除災厄除の神様)」です。現在では、神田、日本橋、秋葉原、大手丸の内、旧神田市場、豊洲魚市場、など108町会の氏神様となっています。

◎神田明神のHPは**こちら**。

祝・部長表彰

★社内限定コンテンツ★

「hello.pc」ダイジェスト

hello.pcは「もっとNTTPCを好きになってもらう」をテーマにNTTPCの社員がお送りする、ちょっぴりゆるくてトークする技術広報ポッドキャストです。

技術や組織情報など、様々なテーマでカジュアルに話しつつ、みなさんのお仕事・勉強に役立つ情報を発信します！

どんな感じの内容なの？というそのアナタ！ このダイジェスト版で確認すべし！(※敬称略)

◆パーソナリティの紹介は**こちら**。

【12/4 配信】

テーマ：「AI/ゼロトラストの時代にUTMを考える(後編)～Fortinet Accelerate 2025に参加してみた～」

ゲスト：平野涼介

パーソナリティ：松永晃宏

TOSD部 平野涼介さんをゲストに迎え、UTMセキュリティの基礎と運用現場のリアルについてお話を行いました。UTMは、ファイアウォールやアンチウイルスといった機能を一台にまとめた統合管理製品であり、境界型防御の要です。しかし、ゼロトラストが主流になりつつある今、果たしてUTMのこの設計思想は通用するのでしょうか？

後編である本配信では、実際にUTMを運用をしているエンジニアの目線で2025年4月に開催されたFortinet Accelerate 2025参加に際しての感想を伺いました。

UTMとは何を指すのか、導入に関してのメリットデメリットは何か、などの基本的なところを教えてください。セキュリティ製品運用の難しさについてなど、初心者にもやさしい内容となっています。

キーワード：
 ◆Fortinet Accelerate 2025 Berlin
 ◆Fortiの目指す方向性と運用者の期待
 ◆AI/ゼロトラスト時代のUTM

【この回の詳細はこちら】
 ◎YouTube版 ◎Spotify版 ◎Apple Podcast版

【12/24 配信】

テーマ：「2025年も、もうすぐ終わり。今年の活動をパーソナリティで振り返る」

パーソナリティ：江川真菜実、佐々木悠真、松永晃宏、金内英大

パーソナリティ陣のみで今年の活動を振り返る回になります！

記憶に残っている回や苦労があった回、年明けのコンテンツの内容の先取りなど年末年始にふさわしい回になっていると思います。お気軽にご連絡ください。

パーソナリティ陣おすすめ回を紹介していますので、これまで聞いたことのない方もぜひ参考にして「hello.pc初め」をしてくださいと幸いです！

【この回の詳細はこちら】
 ◎YouTube版 ◎Spotify版 ◎Apple Podcast版

「hello.pc」では出演者を大募集しています。自薦・他薦は問いません。

NTTPCで働く方なら、誰でもウェルカム！ 頑張っている社員、面白いことを追求する人などを紹介していただければと思います。お気軽にご連絡ください。

◆hello.pc 問い合わせフォームは**こちら**。

「技業LOG」執筆者、大募集！

現在、経営企画部広報室では公式サイトで人気のコーナー「技業(わ)ざわざ」LOGの執筆者を大募集しています。

技業LOGページはこちら：
<https://www.nttpc.co.jp/technology/>

NTTPCのサービスの魅力や技術のお話をはじめ、経験したこと、担当業務の改善、NTTPCで得たこと・学んだこと、失敗から得た知識など日ごろの皆さんの努力と頑張りを形に残すよい機会です。

自薦・他薦は問いません。
 「書き物に、ちょっと自信がなくて…」という方、まずはご相談くださいませ。お待ちしております！！(Teams須釜まで)

今月のリモートさんリレー

このコーナー、なかなか好評なんです！！

ここでは皆さんのご自宅のオンコト環境を写真つきでリレーで紹介いたします。

今月はこの方です！！

◆File58：岡部長の場合◆

【ご自宅のどんな場所か？】

寝室として使っている和室の一角に、昔二人で使っていたダイニングテーブルを置いて作業スペースに耐えさせず、2021年に1台、2023年にもう1台と、計画性がゼロでディスプレイを追加した結果…はい、見事に雑然とした空間が完成しました。

長時間座りっぱなしのせいで前立腺炎になったこともあり、そこそこしっかりしたオフィスチェアを導入。でも実は、腰痛対策でバランスボールに座っている時間の方が長いです。

【リモートワーク前・後のご自身のBefore/Afterの変化は？】

料理男子になりました。
 妻は毎日出社しているため、リモートワークの日は帰宅時間に合わせて夕食の支度を開始。

大学院生の娘は帰りが遅く、戦力外(?)なので、ニュース7を見ながら妻と二人で夕食をのんびり日常になりました。
 仕事が片付かない時も、食後に対応するようにしています。オンとオフの切り替え、大事ですね。

【気分転換の方法は？】

庭にやってくる小鳥を眺めるのが癒しタイム。
 天気の良い日は昼休みに近くの川まで野鳥観察に行くこともあります。

休日はカメラ片手に撮影…と言いたいところですが、マラソンシーズンはランニングに時間を取られがちです。
 鶴沼海水浴場からサザンビーチまでの往復コース、富士山が見えるとテンション上がります！

【次の方をご紹介ください】

TO開発部の佐藤隆士さんにお願したいと思います。よろしくお願します！

- ◆写真1：不揃いのディスプレイが縦に並んでいるのは作業環境の進化の歴史です。
- ◆写真2：素晴らしい支援、始めました。お山を出したらずまのお母さんが大活躍！
- ◆写真3：週末の定番コースで富士山が顔を出すと、テンションも心拍数も上がります！

【バックナンバー】

三津本部長(21年4月) → 橋本支社長(21年5月) → 土屋部長(21年6月) → 田原部長(21年7月) → 岩崎部長(21年8月) → 速石部長(21年9月) → 佐村部長(21年10月) → 奥平部長(21年11月) → 鬼澤部長(21年12月) → 澤田部長(22年1月) → 中山部長(22年2月) → 工藤社長(22年3月) → 田中部長(22年4月) → 山崎本部長(22年5月) → 酒井監査役(22年6月) → 渡辺支社長(22年7月) → 山田本部長(22年8月) → 近藤部長(22年9月) → 沼尻部長(22年10月) → 倉守本部長(22年11月) → 可児部長(22年12月) → 清水支店長(23年1月) → 池田部長(23年2月) → 岩田部長(23年3月) → 鈴木部長(23年4月) → 瀧澤部長(23年5月) → 白石部長(23年6月) → 菅藤部長(23年7月) → 川本部長(23年8月) → 上田部長(23年9月) → 澤田部長(23年10月) → 岩崎(英)部長(23年11月) → 酌井部長(23年12月) → 石川部長(24年1月) → 桑田部長(24年2月) → 井町部長(3月) → 横山部長(24年4月) → 山根部長(24年5月) → 澁谷部長(24年6月) → 藤原部長(24年7月) → 田村部門長(24年8月) → 南部部長(24年9月) → 尾崎部長(24年10月) → 釜田部長(24年11月) → 安達部長(24年12月) → 中根部長(25年1月) → 大野部長(25年2月) → 安藤部長(25年3月) → 柴田部長(25年4月) → 武田部長(25年5月) → 亀石部長(25年6月) → 安藤部長(25年7月) → 植田部長(25年8月) → 友近事業部長(25年9月) → 安部監査役(25年10月) → 比留間部長(25年11月) → 小川部長(25年12月) → 岡部長(26年1月) → 佐藤専任部長(26年2月)

みんなの投稿コーナー

人とのコミュニケーションの大切さを身にしみて感じる今日このごろかと思えます。会社にはいろいろな「ねえ、ちょっと聞いて」とはじまる会話も増えてきました。このコーナーは、そんな皆さんのコミュニケーションのきっかけになれば、強く願っています。随時、情報をお待ちしております。(須釜宛てTeamsにて)

短期集中講座(法務考査第1)

★社内限定コンテンツ★

CSRの森

<英語クラブ 参加者募集！>

ピジター参加はいつでもOK!

このサークルは会員制ではありませんよ！ 飛び入り参加も大歓迎！ 事前予約は一切不要！(講師の紹介号はこちら)

興味のある人は、[英語クラブのteams\(チャンネル\)](#)をちょこっとのぞき見るのもあり!

どんな感じの会話をしているの？と、素朴なギモンがあるかもしれませんが、ガチガチにテーマを決めぬいものこのサークルの親しみやすいところです。例えば、「こんな状況のときに、どのように英語で言えたいんだろう？」というのをTom講師に質問したり、参加者の近況報告や、趣味、旅、仕事のことなど、最終的にはいつも話が盛り上がりします！ 英語はすぐに口から出てこないことは、講師も理解していますので、参加者が自分のペースで話せるのもこのサークルの魅力。野球、映画、世界旅行、文化の違い、言葉の成り立ちなど、興味深い話がいっぱいあります！！ぜひご参加ください。

【開催スケジュール】

- ★場所：Teamsにて開催(毎回、同じURLです)
- ★1回：水曜日に開催
- ◆1月21日(水) 18:30-20:00
- ◆2月18日(水) 18:30-20:00
- ◆3月：お休み

【参加費のご負担について】
 英語クラブもサークル運営の規約に従い、1回200円の参加費を頂戴します。ご理解のほど、よろしくお願します。

NTTPCキドキリレー

盛り上がりつつあります！

もっと多くの方の顔をPCアイに！というわけで、リレー方式で色々な方を紹介していきます。主役はもちろん、ここで働く皆さんです。次回は誰が登場するかはお楽しみ！

第201回 NTTPC社員レッゴー列伝

NW事・SCON **佐々木 智章** 18年目

今日が誕生日 (1月19日)

今の仕事は？
 ネットワークプロダクトの面倒を見ています。インターネットの将来のことを考えて、InfoSphere(R)どうする？で感じ、新サービス企画を企画して、リリースしています。

オフの過ごし方
 外に登山に行く。今年には熊の(軟1)を始めました。あとは、市民公園で野球作ったり、オフロードバイクで林道へ遊びに行きます。

ひとこと
 平成生まれの会社に働き、21世代生まれ入社に驚く。息子と同年代の入社に驚く。無難に20年、無難に20年を登録しながら生きています。細く、長く生きたい。

★佐々木 智章さんへのファンレターは**こちら**。

▼「NTTPCキドキリレー」バックナンバーはこちら▼

経営会議より

★社内限定コンテンツ★

アンケート♪

PCアイをより良くしていくために、お手数ですがアンケートへご協力をお願いします！(個人特定はしておりません)

お正月明けのリセット習慣で、元気な一年をスタート！

新しい年が始まりました。

お正月は美味しい食事やゆったりした時間を楽しんだ方も多くと思いますが、気づけば「食べ過ぎ」「運動不足」で体が重い…そんな声もよく聞きます。ここでは、無理なく体調を整えるためのポイントをご紹介します。

【1】伝統食で胃腸を休める

お正月明けは、消化器官が疲れやすい時期です。昔から1月7日に食べる「七草がゆ」は、胃腸を休める伝統食。さらに、ヨーグルトや納豆などの発酵食品は腸内環境を整え、免疫力アップにもつながります。

【2】水分補給で代謝をサポート

寒い季節は水分不足になりがち。常温の水や白湯をこまめに飲むことで、体内の巡りが良くなり、むくみやだるさの解消にも効果的です。

【3】1日5分の「ながらストレッチ」

運動不足を感じる方は、まずは簡単なストレッチから。血流が良くなり、冷えや疲れの予防になります。

- ◆肩回し：デスクワークの合間に肩をゆっくり回す
- ◆ふくらはぎ伸ばし：立ち仕事や移動中にかかとを下を下げたストレッチ

【4】最新トレンド「オートミール」活用

オートミールは食物繊維が豊富で、血糖値の急上昇を防ぐ働きがあります。朝食に牛乳や豆乳で簡単に取り入れられるので、忙しい朝にもおすすめです。

【5】睡眠リズムを整える

年末年始で乱れた生活リズムを戻すことも大切。寝る前のスマホを控え、ぬるめのお風呂でリラックスするなどで、質の良い睡眠が得られます。

今年も健康第一で、笑顔あふれる一年にしましょう！

【ビバ！ヘルシーライフ】

◆パルスサーベイの実施
 毎月第二水曜日～第三水曜日まで、メンタルヘルス対策の一環として、社員の実態を把握・管理(セルフケア)にぜひご利用ください。(毎回メールで連絡がきます)

従来の設問5問については、社員の主観により回答を行う項目と変更となっております。直近1か月間の体調について「客観的に回答ができるよう質問項目を1問追加しております。(トコモグループ共通で開始)

詳しくは**こちらの資料**をご覧ください。

体調に関する質問で雨マークが続いている方については、お一人で抱え込まず、ぜひ相談窓口等もご利用ください。上長の皆さまも部下の方の体調があった際には、次の相談窓口をご案内ください。

◆LifeWorkSupportポータル相談窓口
 服務管理者や同僚など社内の方に相談しづらい場合は、**こちら**にご相談ください。

◇お問い合わせ：総務・厚生担当まで。

経営会議より

★社内限定コンテンツ★

アンケート♪

PCアイをより良くしていくために、お手数ですがアンケートへご協力をお願いします！(個人特定はしておりません)

「PCアイ」アンケート

発行：PCアイ編集部

◇編集後記◇

「お魚屋さん」

去年の暮、近所にお魚屋さんがオープンした。毎日大盛況のお店に、行列覚悟で行ってみた。

まあお魚の美味しいこと。しかも安い。ときたまんだ。

近所のスーパーには申し訳ないが、お魚に関してはだんぜんこっち。

毎日色々なお魚が入荷するので、それも楽しい。おかげで最近はお魚ばかり食べている。

これぞ日本人の食生活！？

花粉、今年は早めにやってくるらしい。(S)