



(山田み子さんの作品)



新春のお祝いを申し上げます

今年も健康でウマく頑張らしましょう



新年のご挨拶

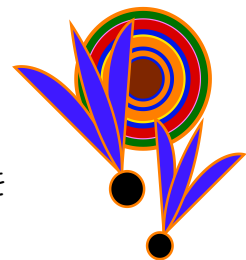
会長 牛島今朝雄

明けましておめでとうございます。

会員の皆様におかれましては健やかに新年をお迎えと事とお喜び申し上げます。

旧年中は、当会の活動に際し、多大なご支援、ご協力を賜りましたことを厚く御礼申し上げます。

当会の目的はJTBで苦楽を共にした仲間の親睦ですが昔では旅行業会でOB会が有るのはJTBだけと聞きますから、貴重な財産です。お一人でも多くの皆様にご参加頂けるよう本年も色々な活動を実施しますので、是非、懐かしい顔をお見せ頂きますようお願い申し上げます。併せて、お客様紹介運動を含むJTBグループへのご協力を引き続きお願いし、皆様に幸多い年となる事を祈念致します。



新年の ごあいさつ



長野支店・支店長

山崎由和 さん

信州BOB会の皆様、新年明けましておめでとうございます。

本年も宜しく願い申し上げます。また、日頃より、お客様のご紹介やご旅行、ギフト券のご用命を頂き、感謝申し上げますと共に引続きのご支援ご指導をお願い申し上げます。

私も着任して一年になります、十六年振りの長野は当時のオリンピック前の賑やかさとは異なり新幹線延伸に向けた期待と不安が交錯しているという印象があります。北陸や関西方面への需要喚起をタイムリーに実施しながら旅行業界の賑わいに少しでも寄与出来ればと考えています。

2015延伸直後には善光寺ご開帳、翌年は諏訪大社御柱祭、各種キャンペーン誘致と話題が続きます。午年の私としても、天馬の如く駆けあがれる一年にしたいと思います。

BOBの皆様の
ご協力を重ねてお願いします。



(御嶽山 新滝 山田 功さん 作品)

松本支店・支店長

乾 浩泰 さん

3年連続予算達成の後を受け営業して参りましたが、2013年は海外チャーターも諸般の事情で実現せず、いささが寂しい年にしてしまい心苦しく思います。しかしながら松本を含めた中南信はチャレンジできる土壤があるように感じています。前述のチャーター機もそうですが、スポーツ・音楽関連の大会、松本市が掲げる健康寿命延伸都市政策、各自治体が推進する町おこしや祭りなど、まだまだ仕事に繋がる素材が豊富であると思います。今年は、松本支店にとって地域の皆さんにとっても財産と言えるものを残すために、支店メンバーと共に頑張っまいります。本年も変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。

上田支店・支店長

望月康弘 さん

新年明けましておめでとうございます。

昨年も各種会議、行事に参加させて頂きありがとうございます。この信州の地で生活していることを4年目にして一番嬉しく感じた年です。新緑芽吹きシーズン、夏の夜は冷房不要な湿度の低さ、さすが「さわやか信州」を実感しました、私の出身地、静岡に比べ四季をことのほか感じる事ができました。

それを思えば冬の寒さには充分耐えられます。さて今年の上田支店は、近年の中で予算達成の可能性の有る年となりました。まだ達成宣言ができる状態ではありませんが、ギリギリまで頑張れば叶えられると思います。

そうならば6年振りの予算達成です。支店メンバーがコツコツと地道に頑張っ頂いた御蔭です。

もちろんBOBの皆様のご協力有ってのことでありますが。

どうか皆様、お体ご自愛頂き健康にお過ごしをお祈り申し上げます。本年も宜しく願い致します。

新年、あけましておめでとうございます。松本支店に着任して間もなく1年になろうとしています。早いものです。

新年の ごあいさつ



(霧の松本城 山石 徹さんの作品)

副会長

柳町 正人

信州BOB会の皆様、あけましておめでとうございます。

皆様ご家族おそろいで、新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。旧年中は、BOB会の各種事業にご配慮を賜り、厚く御礼を申し上げます。6月24日・25日の中部支部通常総会、11月5・6日の秋季温泉1泊旅行(静岡木犀会との交流会)等にご参加を頂き、重ねて御礼を申し上げます。

また、JTBグループ各社へのお客様紹介運動に特段のご配慮も賜り、ありがとうございます。今年の午年は長野県観光にとって厳しい年に成りそうです、来年春に向け、新幹線の金沢延伸と善光寺ご開帳に期待しJTB交流事業を応援、支援して参りたいと思います。今後とも皆様のご支援をお願いします。今年が会員の皆様とご家族の皆様にとりまして、最良の年と成りますよう祈念し、新年の挨拶とさせていただきます。

〈事務局長・支部理事兼務・・・現職JTB旅木連長野支部事務局長〉

副会長

滝沢 信一

あけましておめでとうございます。

平成26年の新春を迎え、心よりお祝いとお慶びを申し上げます。

さて、平成27年3月に予定されております金沢まで延伸する新幹線の表記が「北陸新幹線(長野経由)」と決まり、長野へお越し頂くお客様には、分かり易く案内されることとなり、安堵しております。そして平成27年春開催の「善光寺前立本尊ご開帳」に向けて、今年一年誘客活動に力を入れて参ります。

長野市長も鷺澤市長から加藤市長へと代わり新体制となりました。加藤市政へのスピートについていけるように、頑張っていきたいと思っております。

OB会の諸行事になかなか参加できずに申し訳なく思っております。

本年は、事情が許すかぎり参加して参りたいとおもいます。

会員の皆様にとりまして、より良い年になりますよう、ご祈念申し上げ、新年の挨拶とさせていただきます。

〈現職 ながの観光コンベンションビューロー 専務理事〉



2013
11月5日・6日

交流懇親会

秘境横谷峡
蓼科・横谷温泉



交流懇親会25名
蓼科の観光講演



静岡木犀会・信州BOB会 交流会(5年5回目)
紅葉の美しい、秋晴れのその日、信州に集いました
温泉よし、食事よし、天気よし、楽しい交流会でした
木犀会の皆様、ありがとうございました!!!



横谷温泉旅館
篠原郊名誉会長



秋晴れの蓼科高原CC
優勝浦山さん(ホント?)



名古屋から大野良範さん
富山から布村さん参加



この会は、毎年会場を移動し秋季温泉1泊旅行(忘年旅行)から始まりました、
今日は集合(あちこちから)し、温泉に入り18時から交流会懇親会のはじまりです。
楽しかった交流会でした、2日目は素晴らしい秋晴れ、ゴルフ組も安堵、最高の
になりました、観光組は、秘境横谷峡の探索と信州そば打ち、こちらも最高でした



安曇野ウォーキング

←左 9月8日(日)安曇野ウォーキング
長野出発前から雨になりました、
10人の予定が7名に減りましたが
傘をさしながらも飯田さんの案内で
ウォーキングを楽しみました。

ウォーキング(敬策)

今年は2回の開催、塩崎、牛島
岩波担当幹事さんご苦労様でした。
来年はもっと企画研究会員を増やそう!!



寺町いいやま七福神巡り



右→ 10月6日(日)寺町いいやまウォーキング
今日はいいい天気、暑い日になった、
新幹線飯山駅工事で祭りが重なり
駐車場も混雑、ガイドさん先頭に
歩いた、歩いた。寺巡りの観光客
が多いのは行楽日和だからだろうか。
歩いてみて、知っているようで知らない事が
多い、また来たくなった、良かった。





9・3 武石森林公園



9・3 武石森林公園



9・3 武石森林公園
(熊木さんの初参加)

健康マレット

今年のマレットは4回の開催と1回の雨天中止だ、本当は5回だった、残念だった、でも雨天には勝てない。しかし10名以上固定参加会員の倶楽部も本格的な活動に入った感じだ。

健康マレット
歩くことと
健康の源は
温泉療法に
マレットを
日常歩行と



の原点は
温泉入浴だ、
歩くことと
あると思う。
しない人も
温泉入浴を

お勧めします。(岩波担当幹事さんご苦労さま)
最近、特に高齢者のマレットブームが続く、私達も乗り遅れないように、頑張りましょう。マレットはその気になれば誰にも出来ます。



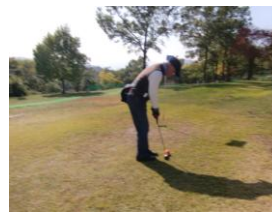
10・30 天下山



10・30 天下山



武石 うつくしの湯(旧帰り温泉)



10・30 天下山



10・30 天下山

ゴルフ倶楽部の活動



7月30日 第49回 志賀高原CC 14名



10月1日 第50回 篠ノ井ゴルフパークwe・go 14名



(表彰式までのひと時)

ゴルフコンペは今年5回実施されました、担当幹事の久保さんご苦労様でした。参加会員の増員で常時コンペ(10名以上)の開催が出来るようになってきましたがまだまだ協力会員の増員が必要です、頑張りましょう。第51回は交流コンペは、南信の蓼科高原CCでしたため8名でした、仕事と遠方のため参加できない人が多かった事は残念でしたが天候も良く秋一番の好条件、諏訪平一望とハヶ岳、南アルプスの山々が信州らしさを見せてくれました。2013年は天候に恵まれたプランになりました。今年も、大勢の参加をお願いします。



(さあ、カートで出発)

長野 6回 開催

長野サロン会

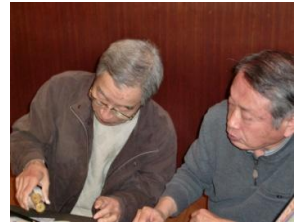
松本 4回 開催



8月27日(火) 第49回 長野サロン会 長野駅前 「養老乃瀧」 18名
猛暑払い・・・今年度入会の越野さん・腸手術後の古川さん・女性2名でした。



10月8日(火) 第50回 長野サロン会 長野駅前 「養老乃瀧」 16名
紅葉狩・・・ゲストに松屋旅館の鈴木社長、久し振りに兄部坊の鈴木さんが参加でした。



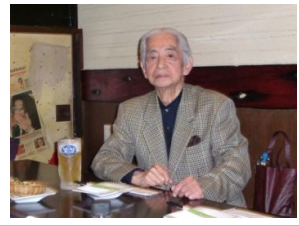
12月17日(火) 第51回 第51回 長野サロン会 長野駅前 「養老乃瀧」 18名
忘年会・・・市川さんが長野に帰ってきました(転居)、前沢さんも一年振り、女性3名でした。



松本サロン会



9月25日(水) 第16回 松本サロン会 松本駅前 「日本海庄や」 14名
長野から4名応援参加、初めての居酒屋「日本海庄や松本分家」魚がおいしかった。



11月27日 第17回 松本サロン会 松本駅前 「笑笑」 14名
奥さんがお亡くなりになって、久し振りの中谷さん、そして勝さん、参加ありがとうございます、女性6名でした。

予告→ 第52回長野サロン会 2月4日(火)・第18回松本サロン会3月12日(水)→幹事に電話を

みなさん!! お元気ですか!!!



交流と親睦 そして絆を深める サロン会

小林司幸 さん

一昨年から週2回謡曲の講座を受けていますがなかなか上達せず悩んでいます。推理小説(西村京太郎・内田康雄)に凝っていますが主要登場人物の名をメモ書きしておかないとストーリーが良く理解できません。

10月初旬、時々頭痛がするので、小林脳神経外科でMRIを撮り、診察を受けた結果「何んともない」とけんもほろろに言われました、ザンネンでした。因にその後頭痛がありません。

【12・1】 6:00起床・食事前約20分朝刊を読み、13:00~16:30「わかつきの村々の歴史を知ろう」の講演を受け帰宅、入浴後テレビを見ながら晩酌。20:00頃床につくもなかなか眠れず。

(12-3着)



三井長人 さん

冬期間の老体劣化を防ぐため12月~3月までフィットネスクラブに通います。【12・1】 小春日和に恵まれ「野沢菜漬け」を楽しみました。

(12・3着)

中谷貞久 さん

11月27日、松本サロン会に参加、久しぶりに懐かしい皆様にお会いできて嬉しかった。

一人で出歩いて大丈夫か? と家族にをはじめ多くの皆様に心配をかけましたが無事に松本から帰宅できました、また、自信もつきホッとしています。亡妻の一周忌も終わり100歳を目標に頑張るつもりです、これからもよろしくお願いします。今年、ウマ年・私の年(満96歳)になります。現在、一応元気です。

【12・1】 5:30起床、新聞を受取り目を通す。8:00サンディモーニング・サンディジャポン、テレビを続けて見る。昼食1時間・昼寝1時間、17:45笑点を視ながら夕食、来客の対応、22:00就寝。

(12-3着)



浜島幸男 さん

相変わらずです。

今年、稲の収量が若干落ちました、やや不良です。猛暑のためか? そばも不作でした、去年の半分でした。

【12・1】 朝6:30起床、戸外の温度計マイナス6度。朝食、新聞、テレビ、の後10時ころから五葉松の剪定、この松我家で一番の大木、6m位、今日で3日目、自己流なので見た目は良くない。

(12-3着)



12月7日(日)・・・私はこんなことでした

石黒庸子 さん



70歳を機に公文学習教室ノスタッフを辞めました。アロマセラピストとして10年位経験しているのでオイル代程度のボランティアマッサージで忙しい日々を送っています。病気で亡くなった夫のハーブ治療がきっかけでしたがストレスの多い社会に疲れた人がアロママッサージで癒されたとか楽になったとか言って喜んでくださるのが私の元気の源です。

病院は眼科・歯科・耳鼻科だけです、自分自身のケアはラジオ体操と踏台昇降で独老人としては、子供たちに迷惑をかけない事が目標です。

【12・1】7:30起床、家事のあと10時外出、11:30帰宅、昼後新聞を広げ4時までティータイム、4時から8時・・・2人の友人にアロマトリートメントの施術、その後夕食・テレビ・風呂、11:30就寝。(12・5着)

越野修一 さん



はじめまして!!

今年7月末で、10年間お世話になった長野支店を退職しました。

何もお手伝いできませんでしたが私にとってとても楽しい会社でした、ありがとうございました。〈JR担当調査役〉

今は、自分の時間を楽しんでいます(当たり前ですが)

・少しの家庭菜園→漬物用大根をゲット。・脳トレ→ナンプレ(数独)漢字クロスワード、・陶芸→11月30日窯出し作品5個できました。

・型はめパズル、等々日々時間を潰しています。

今後は、体調管理に力を入れボケないように、妻に迷惑にならないよう生活していきたいです、よろしくをお願いします。

【12・1】AM6:15起床、9:20~11:40大根漬、PM2:00~3:10家庭菜園土床お越し、4:00~6:30自由時間?

6:50~10:00夕食・TV・PC・風呂、10:00寝る。(12・5着)

藤井すみ子 さん



寒さ厳しい季節になり、冬眠したい気持ちでいっぱいです。

春から秋までは、早朝ウォーキングをして健康のため、足腰の老化を防ぐために歩いていました。11月にとても寒い日があり、今日は寒いからお休みにしようとしてウォーキングをとりやめました、それからず〜と、とりやめの日が延々と続いています、これからも、延々と冬の間中続いてしまいそうです。

【12・1】いつもの日曜日は、中国語の教室が午後あるので、午前中は少し勉強して教室に行くので1日があつという間に過ぎてしまいます。

でも今日はたまたま教室が休みになりました、

いつもと違う日曜日、・・・朝起きて美ヶ原の温泉にお風呂に入りに行ってきました、遅めの朝食を済ませるとあつという間に昼。

午後は久しぶりにテレビを見ながらゴロゴロして一日すごしました。

「あ〜あ !! もったいなかった」と後になっていつも思います。(12・5着)

由井和人 さん

市民検診の結果



12月18日～ 精密検査を余儀なくされました、17日の忘年会は欠席させていただきます。

【12・1】起床 AM 6:30
→ 就寝 PM 11:30

(12・6着)

花村俊行 さん



この日は、高校の同窓会のゴルフ大会だった。
長野シルバー人材センターの事務所の後輩の女性をゴルフに誘った、
ゴルフの幹事は、前会長からの紹介なのでおおいに気を使った、その結果、
彼女当日の受付で驚いた。組合せ表には第一組で、メンバーは、
前の会長(4)、私(8)、私の後の現会長(10)、彼女(30)とあった、驚きの
トリプルパンチだ。1.歴代の会長がパートナー、彼女は次期の会長候補。
2.スゴイハンディの3人の中に入ってしまつた。3.副理事長(私)とは
ゴルフをしたりゴルフの話をしたこともないのに、何で私のHCを
知っているのか? 同窓会では、氏名の横に卒業回を表示してある、
私なら第8回=昭和31年卒を示している、さらに彼女のプライベートHCは
31なんだって、これは11月1日の報告です。

【12・1】この日も偶然にゴルフでしたが、報告事項がありません、
お許しくださいね。

(12・7着)

勝 幸子 さん



強引に犬を飼わせた甲斐あってか、姪は日曜日毎に連れて来る。

最近全く歩いてない、久し振りに犬と散歩をしたところ

翌日、あちこち身体が痛くなり・・・もう無理はできません

【12・1】日曜日、何時もの通りに、昨日と同じように今日も

過ごせた事は、この年齢になってとてもありがたいと思います。

(12・7着)

古川則身 さん



何事も「今でしょう」を心掛けて、また一年経過しました。

体調にも波がありますが負けないうプールに行き

体づくり、ウォーキングを実施、

自分の事は自分で・・・と心掛けて毎日を送っています。

一日、8,000歩とっていますが、5,000歩位は歩いています。

人間、年を取ると腸の動きが鈍くなりますので

再発しないよう頑張ろうと思っています。

【12・1】 神社の秋の清掃及び町内の清掃をし自宅の枝葉の収集、

午後は、公会堂で独居の人対象の御茶のみサロンへ

(12・7着)

滝沢信一 さん



10月には台湾、11月にはベトナムへ・・・

長野市も加藤新体制となり、「不要」と言われないように

仕事をしてゆきたいと思います。

【12・1】 6:30起床、 7:30~18:00 孫の子守

21:00就寝、 本当に疲れました。



(12・7着)

福澤成則 さん



家庭菜園での大根・白菜・長ネギ等の収穫作業を終え一段落したところです。長男夫婦との二世帯住宅で孫を預っておりますが行動が日増しに活発になり追いかけるのが大変です。お茶目な孫娘より「おじいちゃん」と呼ばれほほをゆるましています。

会報が発刊される頃は、黒姫高原スノーパークのスタッフとしてレストラン業務に就き白銀の中ボーダー等相手に接客していると思われませんが体力が続くか心配です。

【12・1】白樺湖池の平ホテル本館の最上階で内孫と起床する、諏訪支店勤務の時増築され館内を矢島会長より案内された思い出のホテルです。朝卓球で楽しんだ後、すずらん峠を越え女の神氷水で湧水を飲み、冷たさと美味しさ堪能しました。

諏訪湖の間欠泉・足湯に浸り塩天井で有名なミヤサカで昼食後帰宅、三男家族との早い忘年会を兼ねた楽しい旅でした。

(12・9着)

村山節子 さん



今年の4月から園芸店で企画運営している、ガーデニング講座に通っています。

寒さと日の短かさでガーデニングには不向きな季節ですが、それなりに楽しんでおります。

植物が身近にある暮らしの幸せを知る良い機会なので来春に向けての準備を細々とすすめています。

【12・1】午前10:00、年末恒例の窓ふき開始、正午昼食、午後7:00ピカピカになった窓ガラスを見て夫と二人「今年もよくがんばったあ」とビールで乾杯 !!

(12・9着)

熊木奈美 さん



“冬が来る前にもう一度あの人と・・・♪♪”

ロマンチックな気分では無く冬を迎える準備に今日は・・・

12月1日は毎年恒例の「しんりん祭り」に出掛け長芋を買求めてきました。ポカポカ陽気で風もなく多勢の人で賑わっていました。

特に人口の少ない田舎ではどんなイベントをしても人の集まらないことが悩みの種ですけれども、今日のように人が集まれば成功かなと思っただけです。

午後からは、畑に行ってネギの収穫をしました。野沢菜も大根漬込みも終わったのであとは私に必要な物はお金かな??? それの問題です。

孫たちの高校受験や中学受験でお正月には帰郷できないとのこと

何と寂しいお正月かなと思いましたが我家は年中無休のコンビニ家業です、家業に精をだして頑張ろうと思っています。

(12・11着)

村瀬隆幸 さん ?

パターン通りの平凡な毎日ですが、腰痛に苦しんでいます。

<事務局→名前の記載がない、はて誰だろう?? きっと・・・>



【12・1】いつもの通り4時起床、散歩のあと机に向かう。

今日は、山の畑で冬用のネギと白菜の収穫と畑の冬起し、ネギは上出来

白菜は玉にならず不作、4時温泉入浴、18時夕食、20:30就寝。 (12・12着)

12月7日(日)・・・私はこんなことしてました

牛島今朝雄 さん



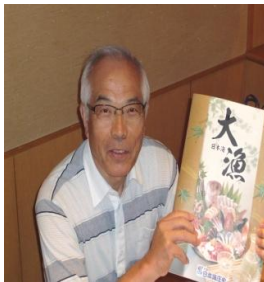
本年も宜しくお願いいたします。

運動不足の生活パターンですが元気です。

昨年から安曇族に興味を持つ人や地元研究会の会員との交流が増え、また、老人ホームでのボランティア演奏の回数も増え、更に悪作小説を読んでくれる人増え、忙しいけど楽しく過ごしています。但し、孫が寄り付かなくなりました。

【12・1】朝食後、甥から頼まれた「我家のルーツ調査経過」を整理、書き上げたらもう夕方だった。夕食前ハーモニカ教室忘年会での各自一曲の練習、夕食後、古い小説を修正していたら、30Pも進まないのに2時を回ってしまった、何時もの事である (12・12着)

山田 功 さん



今年の秋は行く所すべて最高の紅葉に恵まれ趣味の写真も今迄になく良い作品になりました。(場所は、白駒の池・上高地・鎌池、松川溪谷・長円寺 等)

今年の前半は大病もせず過しましたが後半に小さかった大腸ポリープが切除できる大きさとのこと切除手術をしたが思ったより大きく普通3日間で退院が10日間の入院生活にはびっくりしながらも充分な休養となりました。来年は干支年(馬)、何事もうまくいく年になるよう老体に鞭打って頑張ろうと思います。

【12・1】11月30日で3期9年委嘱された「民生須委員・児童委員」を退任しますがすがすがしい朝を迎えました、今日は40余年続いている「みやび会」の忘年会で上諏訪「朱白」泊り、5夫婦10名、宴会はカラオケで3時間、今年も無事で新年を迎える事に感謝！ (12・12着)

山岸辰二 さん



新年おめでとうございます。

病院通いの後厄年もようやく終わり元気で新年を迎えることが出来ました。

近況は、12月1日のような規則正しい健康オタクな生活をしています。

2014年 ③の目標達成に向けて過せればと思っています。

- ① BMI22 クリアーと維持の運動と生活習慣
〈目標・・・1.3ポイントダウン・・・4kgの減量〉
 - ② コレステロール・中性脂肪を下げる365品の料理挑戦
 - ③ 一人で行けないOOムーン旅行の計画と実施
- ※BMIとは、(肥満度)チェック、BMI指数「22」のとき、最も病気になりにくい(事務局調べ)

本年もよろしく申し上げます。

【12・1】10時起床？健康チェック(体重・血圧測定)ラジオ体操と家事
11:30～ 朝食と新聞読む、筋力体操(しながら)
14:00頃 ウォーキング40分善光寺方面、15:00 昼食
16:30頃 ウォーキング40分長野駅方面と夕食材料買い
18:30～ 夕食準備と夕食、明日のレシピを考える、家計簿
21:00～ ステップ運動10分、読書・日記・成果と反省、明日の目標他
2:00就寝 〈事務局→メールの発信が夜中の理由今分かった〉 (12・14着)



12月7日(日)・・・私はこんなことをした

塩崎幸彦 さん

今日は冬野菜の取込み予定で東御(とおみ)にいます。
朝は大変な冷え込みです、空はキッパリと晴れて遠く北アルプスの山々は真っ白に輝きはっきりと見えます。相変わらずダラダラの畑仕事でした。今年には凍る前にと早めに冬野菜の取込みをしましたが、白菜は、青いまま巻き込む気配がありません、今年の作物は、全般に不作でした、初めて蒔いた地豆は思いのほか良い出来でした。
次週は冬耕しをしたいと予定、それから冬ごもりです。
何とか元気で一年を終えます。



【12・1】 起床7:00、朝食7:40～、農作業8:30～12:30、
昼食13:30～13:30、農作業13:30～15:30、就寝22:30。

(12・16着)

村田あや さん

この秋、66歳にして、前から気になっていた
“フラ”に挑戦しています

美しいハワイアンメロディに乗せて
体を動かすのはとても楽しいです
もちろん 難しいことは解っています

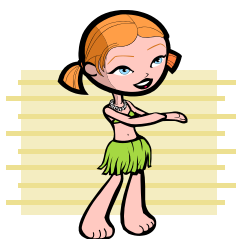
【12・1】 急に寒くなり体調をくずしました。

風邪薬を飲んで休んでいます。

やらなければいけない事が沢山あるのに・・・

早く元気になりたい。

(12・16着)



石井峯之 さん

“好老の世”を理想に、変わりなく過ごしています。

【12・1】 平凡な一日でした。

(12・16着)

島田正一 さん

畑の作業をしたり、演奏会の鑑賞に行ったり、絵を描いたりして
毎日ゆったりとすごしています。

【12・1】 信州大学吹奏楽団第30回定期演奏会を鑑賞しました。

自分の吹奏楽のイメージは勇ましいものだったが、ゆったり

静かなメロディで、最後は勇壮で素晴らしかった。

(12・16着)



高山文男 さん

相変わらず足のしびれひどく苦労しています。
今年も小さな畑で大根菜っ葉を作り、収穫が終わりホッとしている所です。
今年には医者に言われて、酒を止めました、その結果血液検査で
肝臓機能は大丈夫とのこと安心しました。

【12・1】 AM6:30起床、朝、娘へ電話(11/30誕生日 ?才)お祝い連絡

午前中 畑で整理 午後半日テレビを見る

PM10:30ころ 就寝

(12・19着)



坂井美雄 さん

あけましておめでとうございます。

昨年一年間病気もせず、元気で過ごす事が出来ました。感謝です。

老いの始まりは足元から・・・下半身には血液の70%が集中しており
最近、「長生きしたければふくらはぎをもみなさい」という本を読んで
納得でした。

今年一年元気で過ごすためウォーキング、早朝テニスと頑張りたいと
思っています。今年もよろしくお祈りします。

(12・19着)



12月7日(日)・・・私はこんなことをした

大日方私 さん



久しぶりに新幹線の旅

3回目の小江戸「川越」を巡回バス・徒歩にて観光。

川越宿泊後、東部、山の手線にて、東京駅へ 東京丸の内及び近辺散策楽しむ。乗り物の中での携帯電話、スマートフォン、などで風景を楽しむことなく。下向き人間ばかりが目につく、文字・言葉による意志疎通が? (危ぶまれる)

【12・1】 午前6:45起床、妻が明日の日赤奉仕団(独居シルバー対象)の昼食作りの材料の買い物の為、午前中読書、昼食パスタ作り、午後2:00~4:00日帰り温泉田沢有乳入浴、帰路「道の駅」でショッピング。旅関係のTVを見ながら夕食。22:10就寝。(12・15着)

大島 肇 さん



私も半分「信州人」? 横浜から長野へ転勤、移住。

今、読んでいる本「ふるさと発見!信州あるある」おもしろいですよ!!

信州人気質というのが参考になります。一例「他人が言い出した事にとりあえず反対する」「3人集まればしつこく議論」「ハンサイが好き」「お茶と野沢菜とセット」「長野県民ではなく信州人と呼ばれたい」等々・・・しなのき書房@900です。

【12・1】 朝食後は新聞を読みリハビリを兼ね部屋掃除、午後は、二男夫婦と東急デパートへお歳暮の品選びと年末ジャンボの宝くじ購入(当たるかな)夕食後帰宅、一休み後年賀状の整理、夕食後リハビリの準備入浴・・・就寝(12・17着)

柳町正人 さん



現在、JTB協定旅館ホテル連盟長野支部事務局に勤務致し、2年9ヶ月が経過しました。会員316軒の宿泊増売に向け、首都圏・関東圏・中京圏・関西圏への出向宣伝や「おもてなしアップ」検定試験やセミナーを開催しております。

JTBOB会会員の皆様の紹介運動を通じて、県内宿泊を是非ともお願い申し上げます

【12・1】 午前 庭の植木の剪定
午後 自家水道ポンプに凍結防止対策(毛布と稲ワラで囲う)

浦山 昭 さん



異常気象の一年でした。働き続けて52年、70歳で一時休業するこ(12・14着)しました。5年もお世話になった野沢温泉を辞して、毎日の源泉かけ流し温泉ともお別れし、月1回の「ふるさとの湯」訪問が楽しみです。

年度初め、体調に優れない時期があり、病気経験の少ない自分としては先が予見できないのでサンディ毎日を選択したのが要因の一つでした。健康第一・・・最近、テレビで健康番組が多い、気になる、参考にもなる。先日、久しぶりに床屋さんに出掛けた、何十年も通っているお店でもある「顔色がよくなりましたね」と言われてびっくりした、また、「ストレスが消えましたね」とも言われた、・・・休業5カ月、健康が戻ったのか? 自己管理を大切に、ウォーキングで健康維持、頑張りましょう。

【12・1】 起床6:30、朝簡単体操のあと新聞をみる、訃報欄で「池上さん」の葬儀日を確認(11/30訃報連絡あり)する。朝食後9:30~孫二人と遊ぶ子守と言った方が良かった、4歳と9ヶ月の姉妹、姉はお菓子で釣れるが赤ちゃんは難しい、機嫌が良い環境をつくるのが大切かも。午後車3台のタイヤ交換を手伝う、夜は家族8人で食事会、鍋パーティ。8:00~ テレビを見て、23:00床に就く、暖かい一日だった。(12・14着)



池上よし子 さん

11月30日 池上忠義(70才)さんが逝去されました



12・1告別式

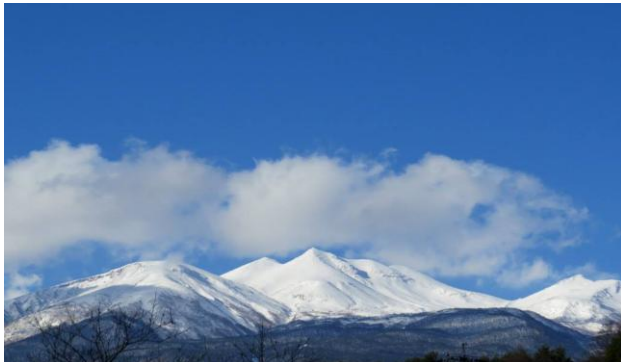
信州BOB会の皆様、大変お世話になりました
主人の早過ぎる旅立ちでしたが、一年程の闘病生活は
前向きに頑張ってくれました
子供、孫達と共に、主人の残してくれた沢山の思い出を胸に
頑張って参りたいと思います、ありがとうございました(妻よし子)

池上忠義さんの職場経歴



ありし日(別所交流会)

関東支社 入社	→	上諏訪営業所	→
団体旅行錦支店	→	上諏訪 支店	→
オリエントトラベル駒ヶ根店	→	諏訪支店	→
乗鞍 開発公社	→	諏訪支店	→ JTBOB会



雪の乗鞍岳 (FB乗鞍高原より)

古稀を迎えて

2月22日が誕生日、満70歳を迎えます。
まだまだ働くことが出来ることに関し、
親・家族・先輩・同僚・後輩の方々に、
まず感謝をしております。
62歳でJTB商事を定年退職し、黒姫で
勤務して早いもので8年になりました。
よく人に言われます

「何時まで働くのだ いい加減に後輩に譲れ!」

「何のためにまだ働くのだ もっと自分の生活を楽しめ」



私は、元気な内は働きたいと思っております、常々働くにはいろいろな条件が
揃わないと働く事が出来ません。

まず、第一に自分の健康です。次に家族の健康です。そして、勤める会社が
存続し、且つ、会社にとって必要とされる人間であることです。

この三つが条件だと思えます。そのためには、好奇心を持って、あらゆる
ことに挑戦する気持ちが、絶対条件だと思っております。

三つの条件を頭に入れて、もう少し働きたいと思えます

70歳になって得なこと

- 1) おでかけパスポート長野市内バス1回、100円
- 2) ゴルフ場でのゴルフ税が免除、700円

〈まだあったら教えて下さい!〉



2014・元旦

丸田光男 さん

編集後記

12月14日、突然携帯が鳴りました、見覚えの無い番号です、
恐る恐る受信ボタンを・・・「俺、分かる? 田原だよ」・・・

近況報告ハガキは出さない・・・断りの連絡だった、体調は良くないようだが、元気だと分かった。

皆には言わないでくれと言われたが、書いてしまった、でも電話をくれた事はうれしかった・・・

この24号も記録文章でなく、写真を多くつかいました、画像から雰囲気を感じ取りまして下さい!!

信州BOB会事務局

〒380-0823 長野市南千歳1-12-7 JTB中部長野支店内

電話026-223-7710

FAX026-227-9755

事務局長 柳町 正人

(発刊担当 浦山 昭)