

2014年度

第20回 通常総会

健康で親睦活動・お客様紹介運動の推進・BOBOG会で会員の増強



ホテルサンルート長野

5月19日(月) 11:30~15:00

第20回信州地区会総会を開催

今年も快晴の天候に恵まれ

幸先よいスタートを切ることが出来ました

中部支部から小椋理事(元中部社長)県内からは

山崎長野支店長・乾松本支店長・太田上田支店長に

お越しいただき、盛大に開催できました

会場もホテルサンルート長野(善光寺口)に変更し

新たな中で、来賓各位からご祝辞を賜り

JTB・OB・OG「信州BOB会」の

健康・親睦・交流・紹介・応援をキーワードに

ますますの発展を心から誓い合いました



小椋保行 中部支部理事



牛島今朝雄 会長



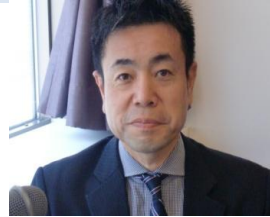
山崎由和 長野支店長



柳町正人副会長・事務局長



乾 浩泰 松本支店長



太田洋介 上田支店長



常念と満開の桜・安曇野道祖神



松本城の夜桜

信州のBOB会は、今期も活発です!!

猛暑の候、皆様お元気でしょうか。

最近、痴呆症による行方不明者が年間一万人を越え、孤独死を迎える人も増えていますが、当BOB会はこうした環境下、日頃のストレス解消と絆を深める為にはまたと無い組織だと思えます。今年も「たけのこ狩り」「親睦ゴルフ」「健康マレット」「ウォーキング」で健康づくりのきっかけを、長野市内・松本市内で開催している「サロン」で語り合い、秋には、他地域の方と交流親睦会と延べ30本以上の企画活動をすすめています。いずれも好評です、是非あなた様も、ご参加ください、

また、JTBグループへを「お客様紹介運動」で応援しましょう

ご自身の旅行、買い物・贈答用にナイスギフトなどを購入も応援です。

特に企業年金の受給者の方には、是非ご利用の程お願いします。

会員の皆様、ご健勝をお祈り申し上げます。

信州BOB会会長 牛島 今朝雄

2014年度 収支予算(5月19日確定)

科 目	予 算	2013実績	備考	
収入合計: 繰越、会費、奨励金	750,714	699,988	収入を全部まとめました。	
科 目	予 算	2013実績	備考	
事業費	通常総会	80,000	61,330	会場費、食事代、通信費
	交流懇親会	80,000	64,193	通信費、飲料補助、OP補助
	活動助成事業	80,000	66,410	各倶楽部、イベント補助
	情報会報事業	100,000	78,292	活動ニュース、会報作成
会議費	60,000	38,992	年3回の役員会費用	
事務局費	78,000	43,992	事務通信・送料・PC関連	
交際費(慶弔費)	10,000	0	会長権限で支出可	
交通費	10,000	0	会議旅費以外	
雑費	2,714	156	振込手数料、会費振替手差額	
予備費	250,000	0	預金的なもの、次期へ残す	
合計	750,714	353,365		

※ 750,714-250,000= 500,714

<経費支出は50万円以内が必須運営目標>

長野サロン年6回開催

長野サロン

松本サロン年4回開催



4月30日(水) 第53回長野サロン・・・長野駅前「養老乃瀧」・・・16名
花見会・・・役員会のあと大勢集まると思ったが、4月月末で皆忙しそう。



7月08日(火) 第54回 長野サロン だんまや水産(養老乃瀧改装中) 15名
暑気払・・・春日高美さん初顔、サロン会員大歓迎・・・保育園勤務とか?



松本サロン



5月21日(水) 第19回 松本サロン 松本駅前 居酒屋「笑笑」 12名

花見会・・・長野から3名応援参加、松本は女性の参加が多い・・・今回も中谷さん勝さんありがとうございます。

■長野サロン第52回(2月4日)、松本サロン第18回(3月21)のデータ紛失により掲載省略・・・ご了承下さい。

予告→ 第55回長野サロン9月24日(火) ・ 第20回松本サロン9月24日(水)→幹事に電話を

親睦ゴルフ

ゴルフ倶楽部親睦活動 5月12日(月)

第52回親睦ゴルフ 川中島カントリークラブ



9名のコンペです



優勝・関森さん

天気よし、参加少なし・・年度初めはお忙しいようです。
花が咲き、心も軽やか新緑の風がイッパイ!!
優勝:関森毅さん、準優勝三井長人さん

7月28日(月)

第53回親睦ゴルフ 志賀高原カントリークラブ



志賀高原CC・・ここは何時も好天気・・高原の風もよし



体調はママアだが天気は最高でした、日焼け止めをたっぷり用意、水分補給用のドリンクも2本カートへ、今回は、賛助会員の羽生田さんと増田守ご夫妻にご来場コンペは10名以上・・やっと11名の参加となりました。一年振りの古川さん、前回準優勝の三井さん、今回も上位狙いで勢いを感じました。真夏のゴルフ、熱い割に高原の涼しいかぜがあり楽しかった。幹事の久保さんに感謝。優勝:増田守さん、準優勝:福澤成則さんでした。(幹事さんは9位)

予告→10月2日(木)第54回会場篠ノ井ウィーゴ・久保幹事に連絡

健康マレット

マレットゴルフ倶楽部親睦活動 4月16日(水)

第15回 健康マレット 天下山MG



夫婦4組・男2名・幹事不在



ホールインワン喜ぶ山田さん

春だ!! また季節がやって来た、花の綺麗な会場で
楽しい楽しい健康マレット・・
快晴のスポーツ日和、今年も健康第一だ!!

6月4日(水)

第16回 健康マレット 天下山MG



毛虫の襲来、会場変更



マレット会場の全貌

雨上がりの翌日、武石会場へ、ところが大会で混雑毛虫の大群に、仕方なく何時もの「天下山」へ(15分)

優勝久保嘉男さん! 準優勝山田ふみ子さんでした。

7月23日(水)

第17回 健康マレット 霧ヶ峰高原MG



大日方夫妻欠席で9名



青空レストラン

長野から2時間コース、今日もよい天気、地元の人も大勢楽しんでいます。アップダウンあり距離もある林間コース。優勝山田功さん、準優勝久保嘉男さんでした。

予告→9月10日(水)第18回会場天下山 岩波幹事に連絡

人気イベント !! 志賀高原新緑祭り 「たけのこ祭り」

第13回 6月21日(土)・22日(日) 木戸池温泉ホテル



今年も雨降りでしたが何時ものメンバーで大収穫でした。

6月21日(土) 14時集合・・・1回目の竹の子狩り(夜は軽く懇親会) 10名参加
 6月22日(日) 9時集合・・・本番竹の子狩り・・・12時から「たけのこ汁とBBQ」
 22日、当日2名参加、(10+2)今年は12名の「たけのこ祭り」の実行でした。
 どうして雨! 今年も雨! 雨男がいるのでしょうか? でもお陰様で立派な「竹の子」が育ちます。

春のウォーキング 下諏訪温泉界限 万治の石仏

第15回 5月25日(日)



下諏訪「万治の石仏」の前で・・・

今年度、最初のウォーキング・・・散策?、初めて南信での企画です。
 倶楽部発足の昨年は2回、今年は3回の催行予定
 上諏訪と言えば諏訪大社上社、下諏訪と言えば下社、ほとんどの方は参拝されて
 いる事でしょうが、「万治の石仏」は初めての人が多かったようです。
 予告→9月7日(日)安曇野(牛島担当幹事) 直接電話してください。
 予告→10月19日(日)真田氏発祥の郷を歩く(塩崎担当幹事)直接電話をしてください。

最新の近況を「マレット倶楽部3勇士」に投稿いただきました。

岩波 信幸 さんマレットHC
4

今年度は、老人クラブの地区役員になり、大変忙しい日々を過ごしています。
年3回の総会と年3回の河川清掃、年1回の旅行(1泊2日)と1回の日帰り旅行、月1回の小学生下校時の見回り、老人クラブマレット大会、その他「こなし会」へのボランティア協力があります。
健康維持の為、一日平均5,000歩程度のウォーキングとマレットの練習、最近暑くてなかなか思うように出来ませんが、そんな時は自宅のマシーンによる歩行30分、あと食材に気をつけています。出来るだけ野菜と青み魚、脂身の少ない肉にこだわっています。
畑は、この暑さで草ぼうぼうですが、無理をしない程度に草取りをして、収穫しています。
先月の健診では、特に問題ありませんでしたが、少々血圧が高いので、気をつけようと思います。年一回の健診は必ず受信しています。

塩崎 幸彦 さんマレットHC
6

梅雨があけました。
連日の暑さにうんざりし、日課のウォーキングは休みがちです、涼を求めて、マレット倶楽部集合! で霧ヶ峰高原へ林間の長いコースは車山リフト近くまで登り降りてくる、痛快、成り行き、トラブルシュフトの連続、これで普通なのですが、楽しいコースです。
コース終了後、集計の際一桁の暗算を間違えたり疲れ方が酷いのでちょっと心配になりました。
そんな訳で帰りは東部の実家の大農園で一休みの予定が、ジャガイモの取り入れやピーナッツ、ネギの除草、土寄せなどで三日がかりの始末でした時と共に体力の衰え、老化がすすみます、腰の具合が悪い足が痛い等アチコチ調子の良くない日々です。特に文章を書くことは面倒に感じます。ともかく「ほどほど・ぼちぼち・ゆるーく」で迷惑をかけます。

牛島今朝雄 さんマレットHC
12

相変らずの生活パターンです。
特に話のネタもないので、最近の超失敗談を・・・。
趣味のハーモニカで発表会の日
ソロ演奏の真っ最中に唇が乾いて突然中断し
ステージの袖に飛び込んで音響係の飲みかけボトルを無断で一気飲みし、戻って「次、ここから」と伴奏(ピアノ)の先生に指示したら、こんなバカは前代身聞だと客席は大爆笑。
この日の演奏曲「ラ・クンパルシータ」は「あら!狂いました」になってしまい、最悪でシータ。
以上でした。

5月初旬ハガキによる 近況報告



長野サロンa(7/8)



長野サロンb(7/8)

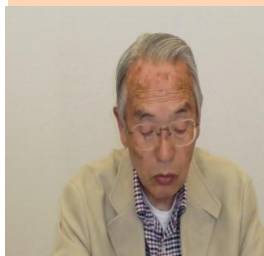
山岸辰二 さん



本年「3つの目標」
 中間総括(4/30現在)したところ
 ①中世脂肪を下げる365品料理挑戦
 →60品 16.4%消化
 ②体重4kg減量 →1kg減量
 ③〇〇ムーン旅行計画と実施計画
 すでに、計画倒れで他になる見込み
 以上、自己反省しながら元気でいます。



古川則身 さん



只今「簡単いろいろ水中運動サーキット」
 に毎週行って体力UPをはかっています。
 病院にも毎月定期的に通っています。
 両方とも私にとって
 大事なことですが
 毎月孫に
 ハッパをかけられています。
 (5/2着信)



花村俊行 さん



喜寿 ・ 喜=𠂔=七十七

漢字の「喜」の字は草書で「𠂔」と書くが
 七十七と分解できる。
 室町時代からと言われ、数えて77才の祝いだ!!

私としては、目出度くも、嬉しくもない、
 しかし、もうすでに小学校と高校の同級会から
 1泊2日でゴルフと喜寿を祝う会の
 案内状が来ている、6月と9月だ。
 やっぱり目出度いのかなァー
 (4/26記)

市川 満 さん



昨年の11月信州に戻ってきました、よろしくお願ひします。

幼年時から数えて12回の転居で

終の棲みか？

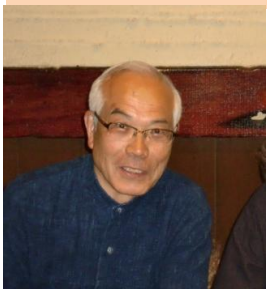
川中島へ移り住んで数カ月 . . .

「毎日が日曜日」こんな生活に悪戦苦闘しながら

長野の自然に同化しつつあります。

(4/30着信)

山田 功 さん



行事・イベントには、積極的に参加します。

我が松本市では、

「健康寿命延伸都市松本」を

宣言しています。

松本市民として、今年も、BOB会・波田地区の

健康に関する行事・イベントには

積極的に参加(90%目標)をするよう一年頑張ります。

(4/25着信)

三井長人 さん



最近、健康ゴルフの成績が良く、楽しみです。

相変わらず ①山野草 ②盆栽植木

③岩魚 ④山菜 ⑤松茸

⑥菜園 ⑦食べ歩き ⑧調理

⑨ゴルフ ⑩かけ流し温泉 ⑪フィットネス

金力・体力の範囲で楽しんでいます。

最近、両方とも、極端に力が落ちてきました。

(4/25着信)

大島 肇 さん



長野サロンを楽しみに、リハビリで機能回復に努めています。

会報が出る8月は暑いさなかですかネ

今も週2回午前中、機能回復訓練のリハビリに通っています。

長島茂雄監督様に私も頑張っています。〈PC文字で提出〉

(5/2着信)

村瀬隆幸さん



夫婦だけになり寂しくなりましたが、孫が来るまでカンパリましょう。

子供が全員独立し、

一応夫婦2人の生活になりました。

次女の婚礼の写真をみながら

お世話になったモーニングを片づけています。

(4/30着信)

高原幸雄さん

毎日の通勤は車を使わず、二本の足で鍛えています。



今年も「ながの観光コンベンションビューロー」にお世話になっています。0月でついに還暦ですが、気持は若く、毎月2回程度オートバイツーリングを楽しんでいます。医者からは運動不足といわれているので毎日往復8キロを徒歩で通勤しています。

2ヶ月に1度の病院通いと薬にお世話になっていますが、お陰様で元気に働いております、肥満と塩分取り過ぎに注意しながら過ごしています。

(5/3着信)

高村徳太郎さん

稲荷山・・・まちづくり、ボランティアで頑張っています。



相変わらずボランティアでまちづくりに努力しています。

お陰様で、本年10月には、当地が重要伝統的建造物群保存地区の指定となりそうです、(長野県で5番目)街も動きだしますのでお訪ねください。

皆様のご健勝を祈念申し上げます。

(5/15着信)

西條栄一郎さん

皆さんによろしく

青木和美さん

今年還暦をむかえました。

フルタイムで仕事をしています、当分働きます。

清水弘夫さん

一番下の子が大学生の為、まだ、働き続けております。

浜島幸男さん

地域地区の役員にさせられました、頑張ろうとおもっています。



4月から区の役員をやらされています。
担務は衛生自治(ゴミ集積所の管理)と土木関係
神社氏子です。

これから2年間の任期で行事や会議で
忙しくなりそうです。

(5/7着信)

久保嘉男さん

真夏のゴルフには、気をつけまよう、熱中症、脳梗塞。



血圧が少し高いと言われるが
まあまあ健康です。

でもこの頃は体力の低下が感じられます。

月3回程のゴルフでは不足ですので
マレットゴルフでもしますか・・・

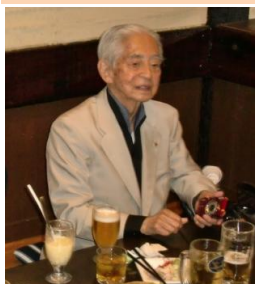
(5/7着信)

柴崎紀佳さん**高齢者の孤立化防止・認知症予防のためサロンを立ち上げました。**

私は、昨年秋、上田市の補助金を受け自治会内に小さなサロン(談話室)を立ち上げました。高齢者の孤立化防止と認知症予防を目標に、月2回終日開催、区内の方々高齢者を中心にメンバー36名の責任者として市へ予算交渉や、活動報告、イベント開催等で毎日頑張っております。当日は残念ながら、諸用で出席できません、会の益々のご発展を祈念申し上げます。皆様によろしくお伝えください。
(4/30着信)

前澤 実さん**事業止めて2年、夢の庭園もうすぐ完成!!**

少しずつ一年かけた庭園が仕上がってきました。季節の花を眺めながらコーヒー、ランチを楽しめるかな?あとは、「ウッドデッキ」予算の承認お母ちゃん、お願いします。
(4/28着信)

**中谷貞久**さん**大正7年9月5日生れ..こんなに元気!!**

先日、伊那高遠城跡の桜を観に連れて行ってもらいました。すごい 人ひとで、花と人にすっかり酔ってしまいました。

桜は見事でした、もう二度と来ることがない、そんな気がします。
(4/28着信)

**島田正一**さん**番犬いないと留守戸締りに気を遣います。**

我が家の番犬が今年1月亡くなりました。留守にする時、今までは戸締りを気にしなかったのですがいまでは、ちょっと留守にするにも戸締りをしなければならず不便を感じています。
(5/2着信)

**柳澤寿重**さん**元気でやっております。**

(5/7着信)

関森 毅さん

元気です。

「老いの日は、一日は、
深さを極める」事に励んでいます。

(5/1着信)

石井峯之さん

そんな昨今です。

畑も盆栽も今年は最高

あとは、ゴルフの..

(5/7着信)

池内紀雄さん健康維持のため1時間程のポールウォーキングを日課にしています。
今月末田植えをし、水の管理が加わります。 (5/12着信)**由井和人**さん善光寺での案内とアルバイトでなかなか暇があるようで無い、
そんな生活に追われています。 (5/3着信)**重澤久雄**さん

特に変わりありません

奥様代筆
(5/2着信)**坂井美雄**さん健康第一に、時間をつくってウォーキング、テニスにと
体力づくりに努めております。 (5/8着信)**高山文男**さん相変わらず体調すぐれず、暖かくなって来ましたので、
ぼちぼち畑仕事でも孫と共にしていく予定です。 (5/9着信)**佐藤康英**さん〈観光協会勤務〉 当日の午後打合せが入ってしまいました、残念ですが今回は
欠席とさせていただきます。皆様によりしくお伝えください。 (5/7着信)**福澤成則**さん

「長野サロン(OBOG居酒屋談話室)」の世話人にさせられました。

原稿作成時は家庭菜園作業の夏、盛りでした。耕運機もフル活動で自宅裏と
昭和の森に隣接する畑、それぞれ80坪程ですが鍬による作業では無理があります。定番の品を一通り作付しています、
2年程前に、高血圧症と言われ薬を服用しておりますが
指数の見直しがあり基準値内の健康体？

頑張っています。

(5/2着信)

飯森康正さん

エムウエーブ勤務中、お出かけください

総会に出席できず申し訳ありません、
お陰様で毎週末イベントが開催されるため
時間が無い現状です。

エムウエーブ・ピックハット

で開催するイベントへ

皆様のお越しをお待ちしております。

(4/25着信)

勝 幸子さん

今年は、10軒位の隣組が
8組有るブロック当番になり
何かとせわしい毎日です。
公報や何々便りなど思いのほか多く
表札のない家など・・
これもご時勢でしょうか。(5/2着信)

**赤池道子さん**

愛犬のサリーちゃん(ヨークシャテリア)
(4才6ヶ月)がなくなって3年4ヶ月・・・
朝の運動公園のお友達のアリスちゃん
(ダックスフンドとチワワのハーフ3才)が
時々お泊りにきてくれて、ワンパワーを
もらって元気にしています。(4/28着信)

村田あやさん

3月28日、最愛の母が天に召されました。
102才11ヶ月最後までお手本となる
素晴らしい人生でした。これから一年は
何かと忙しいですが、頑張っていきます。
母に少しでも近づけるように・・。
(4/25着信)

**浅井幸子さん**

14日間の検査入院で
まだ体がすっきりしません!
本年もまたこのように
だらだらとすごすしかなく
遠出もままなりません!!
(5/3着信)

也上よし子さん

皆様にお世話になり
本当にありがとうございました。
芝生の映える季節になりました、
庭の草取りや家庭菜園などで
過ごしています。
(5/7着信)

**横山和佳枝さん**

毎日
空気でガンバっています。
後輩育成に
少しでも役に立てばと
思っています。
(4/30着信)

田村照代さん

ご無沙汰続きで申し訳ありません・・・。

野村登司子さん

長野サロン ありがとうございます。

村山節子さん



5月に入り家々の庭に咲き競う花たちでにぎやかになりました。地面ばかりでなく、視線より高いところに飾られたハンギングバスケットもおしゃれです。

さらに視線を移すと残雪の
北アルプスがくっきり
まちわびた松本の春満喫の
今日この頃です、う～ん幸せ !!
(5/2着信)

松本サロンのひとこま(5枚)

藤井すみ子さん



先日、風邪をひいたら
なかなか回復せず
いつまでも
長引いています。
年のせい?
気持は年をとらないのに
体は着々と年をかさねています。
(5/10着信)



小澤司佐子さん



最近
グリーンスムージーを
毎朝飲んで、健康維持に励んでいます。
けっこう おいしいですよ !
(5/7着信)



佐藤清恵さん



5月からジム通いを始めました。
脂肪バイバイ・筋力UP・体力向上 etc
来年の今頃「あれー、どうしたの～」と
言われるようがんばります。
(5/1着信)



越野修一さん

JTBを退社したばかりです、サロンとウォークには参加しています



大変申し訳ありません、総会は欠席とさせていただきます。

5月18日・19日・20日と兄弟会のため
長野をはなれます。

.....

毎日6時起床、以後自分に課した目標を
22時まで行っています(散歩・畑仕事・脳トレ)体調はベストの状態です。
(4/30着信)

柳町正人さん

JTB商事へ移籍しました、よろしくお願いします。



5月1日より(株)JTB商事

中部事業部信州外商センターに移籍しました。

国内・海外のおみやげ、お中元、お歳暮等の
販売に頑張っています。

今後とも会員のみなさまより
ご用命をお待ちしております。

(5/7着信)



須坂臥竜山のサクラ



木島平村稲泉寺のハス



斑尾タングラムのユリ

さようなら !!

大日方 弘 さん

訃 報

8月1日 突然に、ご逝去されました

心よりお悔やみ申し上げます

告別式 8月4日 12:30~13:30
上田市 国分法事センター

大日方弘 さん

久しぶりに新幹線の旅

会報「しなの路24号」近況を再掲します

3回目の小江戸「川越」を巡回バス・徒歩にて観光。

生前記録です



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。

2013(12・15着)

(「BOB会を想う」と題し投稿をお願いしたものです)

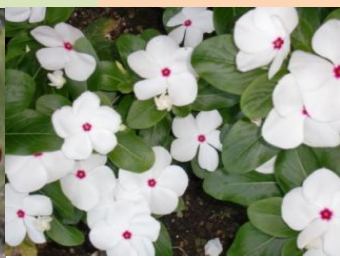


2014・4 高遠のさくら・満開



2014・8 ひまわり

◆庭に咲いた花たち◆



信州BOB会と共に

信州BOB会会長を2期4年を務めさせていただき
会員の皆様のご協力のもと、BOB会の目的である
会員の親睦、JTBグループへのお客様紹介運動等々
毎年向上したことがなによりでした。

OB会とのお付き合いの初めは、入会した年に
BOB会50周年記念行事で全国(参加者400名?)からハワイへ・
中部からは60~80才代までの40名(?)の参加で
ハワイでの歓迎は最高でした、(私が最年少者)
また、60周年記念行事もハワイで行われた中部からは
100名近い参加者、信州からは30名と中部では最大の
参加者となり楽しい行事でした。

会員の親睦では、発足当時のゴルフ部会、釣り部会からサロン会・
マレットゴルフ・ウォーキング部会を立ち上げました。
各部会とも役員幹事の方のご努力により盛大に開催されてきました。

お客様紹介運動においても年々取り扱いが向上し
一割会員の信州でありながら取扱では静岡・北陸を大幅に
上回る結果をみました。

これからは、**健康**に気をつけ一会員として積極的な
参加をするよう頑張ります。

信州BOB会の今後益々のご発展を祈念申し上げます。

松本市波田 前会長

山田 功

編集後記

大日方弘さん、
謹んでお悔やみ申し上げます。
会員一同

先日までは、元気でしたね、6月4日には元気で一緒にマレットをしたでしょうに、
昨年は「池上忠義さん」今年に入って「田原滋さん」と会員の逝去、そして
今度はあなたです、そんなに急ぐ事情があったのでしょうか?
とは言え、. 仕方ありません、心安らかに、ゆっくりお休みください。
.

今年度は、役員改選後二年目になります、牛島会長体制の変化を見る二年目です。
特に、健康第一を意識し、ウォーキング倶楽部の活性化、マレットゴルフの
活発化に力が入っています、(会長全部出席)皆様も参加してみてください。

サロン(長野・松本)は別名居酒屋「懇親会」とも言われていますが、気楽に談話を
楽しみ、定期的なあいさつ(顔見せ)が相互親睦の原点です。

事務局→JTB商事: 中部営業部信州営業所 . . . TEL026-226-0069

FAX026-224-3455 事務局長 柳町正人 . . . (会報編集後記 浦山 昭)

