

# 第26号 しなの路



りんどう

20150101発行

中部支部 長野地区 会報

信州BOB会事務局



波田山田邸牧場(お庭)にて 今年の干支 羊さん

(山田ふみ子さんの作品)

新春のお祝をもうしあげます

JTBグループOB・OG会

長野地区会 ・ 信州BOB会

# 新年のごあいさつ I



2015年 正月 善光寺

## 会長 牛島今朝雄

今年の年頭の挨拶は、私個人として、心から「新年あけましておめでとうございます」と言えるのか、甚だ躊躇するものであります。その理由をご承知の通り、昨年の信州各地が突然の自然災害に重ねて遭遇し多くの尊い命が奪われ、BOB会員の皆様には直接の被害が及ばなかったことは幸いでしたが、皆様のお身内や、友人、知人、更に関係者が不幸に見舞われたからでございます。ここに該当の皆様には心より哀悼の念を捧げる次第でございます。年は変われど、災害の爪跡は未だはっきりと残されており、ですから、今年は復興の年として迎えたいと思います。また、だからこそ日頃の交流が必要で、心の支えとなる会員の親睦活動を改めてご理解頂き、ご協力をお願い致したい処でございます。命を大切に、そして今年も宜しくお願い致します。

## 副会長 柳町 正人 ・ ・ ・ 事務局長兼務

信州BOB会員の皆様、あけましておめでとうございます。皆様ご家族お揃いで、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、各種事業に特段のご配慮を賜り、厚く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もご配慮を賜り、重ねて御礼を申し上げます。今年の「末年」は長野県観光にとって希望の年と成りそうです。新幹線の金沢延伸と善光寺御開帳に期待し、JTB交流事業を応援、支援して参りたいと存じます。今後とも皆様のご支援をお願い申し上げます。今年が会員の皆様とご家族の皆様にとりまして、最良の年となりますよう祈念し新年の挨拶とさせていただきます。

現職 (株)JTB商事 中部営業部信州営業所 勤務

## 副会長 滝澤 信一

あけましておめでとうございます。健やかな新年をお迎えのことと存じます。さて、今年は7年に一度の盛儀「善光寺前立本尊御開帳」及び「戸隠神社式年大祭」が4月から5月に行われます。新幹線も、3月14日には、金沢へ延伸、長野駅も新しくなりいろいろな面で大きく変化する一年であると思われ、私ごとですが、もう少し現職にて頑張りたいと考えております。諸行事に参加出来ず皆様にご迷惑をお掛けしますが温かい目で応援頂けると幸いです。昨年は、御嶽山の噴火、県北部の地震と何かと風評被害を受けましたが、今年は明るく健康で、ご多幸の多い素晴らしい年になることを祈念して、新年のご挨拶といたします。

現職 (公財)ながの観光コンベンションビューロー専務理事

# 新年のごあいさつ Ⅱ



2015 正月 松本城

山石さん提供

## 長野支店長 山崎 由和 -顧問-

信州BOB会の皆様、あけましておめでとうございます。日頃より県内のJTBグループ各社各店をご利用、お客様のご紹介を頂き、改めて感謝申し上げます。昨年は、2月の雪害、7月の南木曾土石流、9月の御嶽山噴火、そして11月の北部地震、と、自然災害とそれ以上の風評被害が続いた厳しく苦しい一年でありました。年が明けて、2015年は、新幹線延伸と善光寺御開帳があり、街に元気をもたらしてくれるものと大いに期待しております。その翌年は、諏訪御柱祭や大河ドラマで賑わいも続くことを期待しております。信州BOBの皆様とも、出来る限り交流していきたいと考えております。県内各店もメンバー交代しておりますので、機会をとらえてコミュニケーションをとりながらご指導頂ければ幸いです。皆様にとって、素敵な年を祈念致します。

## 松本支店長 乾 浩泰

あけましておめでとうございます。旧年中より皆様方には、お客様紹介を始めとし、数多くのご支援を賜り誠に有難うございます。さて、天災続きであった昨年の明け、今年からは、善光寺御開帳・真田丸・御柱祭 楽しみな行事が続きます。この流れに乗り、仕事も右肩上がりになりたいと思います。次に、個人的な抱負です。まずは、3年目に入る信州での生活を楽しまたいと思います。美味しい店などのとっておき情報がありましたら是非ともご教示をお願いいたします。ゴルフに関しては、アンダー100の確率、50%を超えることを目指します。(回数目標なし) 又、流行語大賞には漏れましたが「妖怪ウォッチ」と「進撃の巨人」のコミックを大人買いしてみようかと・・・。本年も、何卒、宜しく願い申し上げます。

## 上田支店長 太田 洋介

信州BOB会の皆様、あけましておめでとうございます。日頃は、お客様紹介、ギフト券のご用命等々を頂き感謝申し上げます。本年もどうか宜しく願いします。私も上田支店に着任して間もなく一年になろうとしています。着任早々の思いがけない二度の豪雪を経験しビックリしましたが、上田での生活にも慣れ、地域の営業拡大に向け邁進しています。今年は、長野県にとって、イベントが沢山あります。新幹線延伸、善光寺御開帳、大河ドラマ「真田丸」の決定を受け、観光客増加、営業チャンスと捉え支店に、財産として残すために、支店スタッフ全員一丸となり頑張っていく所存です。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。

投稿 新年のご挨拶 (6回目の羊年代表)

監事 古川 則身 さん

明けましておめでとうございます。

一年は実に早いもですね、つい此の間挨拶をしたように思うと、もう2015年ですね、子供の頃はひとつ年をとることに嬉しく感じましたがこの年になるといやですね。元気な年で止まっていたほしいです。昨年は自然災害で長野県は全国に知られた年でした、ついに長野まで押し寄せてきたかと思うとゾットします。気を付けていてもいつ起きても不思議ではないです。



体調の方もまあまあですので自己管理を徹底し家族にも迷惑にならぬよう心掛けようと思っています、それには引き続き、今年一年も毎週の水中運動を継続しようと思っています。そして脳を活発にする生活(この年で活発にならないです?)を地区のお仲間としようと思います。

本年も宜しくお願いします。

(もの忘れ、べんりな言葉、「あれ」と「それ」)

年末年始、北信州は大雪です



冬の雄姿 乗鞍岳



大雪の野沢温泉 車すっぽり

表紙 挿絵 りんどう



しなの路「りんどう」の花

長野県の県花は? 皆様ご承知の「りんどう」ですね、りんどうの中でも一番多くみるのはエゾリンドウです。花屋に並びりんどうはこの(本種)の栽培種だからです。高原に咲く青紫色の美しさには目を奪われます。

作成者 久保やす子 さん

「久保やす子さんのプロフィール」

- ・植物画家
- ・エンディングノート政策と記入セミナー
- ・和とし自分史作り講師
- ・伝承遊び研究
- ・講演
- ・オリジナル筆箋・絵葉書の制作
- ・海外旅日記
- ・地元新聞連載中
- ・著書 「信州を彩る野の花たち」・・・他
- ・信州BOB会 マレット倶楽部 同伴者

・・・久保やす子個展(集大成)のお知らせ・・・

昨年10月新設の上田美術館サントミュー

期日・・・2015年7月2日～6日

入場無料・・・午前9:00～午後5:00

信州BOB会の皆様、是非おでかけください。

犬と猫は お友達



# モンゴルへの旅

<p><b>8月3日(日)晴れ</b></p>	<p>松本空港→岡山空港→モンゴル(ウランバートル) (ウランバートル泊)</p>	
<p>もちろん松本支店からの協力要請に答えた旅でもある、早々に友達夫婦を誘い4名で参加することにした、相撲界では、横綱白鵬はじめ数多くの力士の出身地であり、私は初めてでもある。 不安と期待で松本空港へ、受付では30名弱と少ないのに驚いた。松本空港を13:55離陸、岡山空港に到着、ここで他社団体20名程が搭乗し16:15モンゴル・ウランバートルへ向け岡山を出発しました。今回130名定員のフヌ・エアーに何と50名弱、優雅な旅なのか？19:45無事モンゴル国に第一歩、(遅い機内食を頂いたが)モンゴル料理店(焼肉バイキング)経由ホテル22:00到着(チンギスハーン広場前) ←地元信州松本空港発着利用ツアーの便利さが身にしみた) 〈JTBOB・お客様紹介運動・行けるときに参加する・これも紹介かな〉</p>		<p>遊牧民との記念写真</p>
	<p><b>8月4日(月)晴れ</b></p>	<p>市内観光(午前)～ノマジックツーリストキャンプ(ゲル泊)</p>
	<p>朝食前に、ホテルに隣接するチンギスハーン広場・国会議事堂を散策。午前中は市内観光、朝の散策場所をガイドさんの案内で再び観光、サイサン<small>の丘</small>で市内を一望、宮殿博物館、ガンダン寺院には25mの大仏殿、参道・広場には人が歩けないほどハトがいっぱい。昼食後は期待に満ちたツーリストキャンプだ、途中スーパーに立ち寄り、キャンプには売店が無いので、飲物、つまみ、お菓子類を購入。ウランバートルから大草原の中時々ゲルを見ながらノマジックツーリストキャンプへ・・・17:00到着 【ノマジックツーリストキャンプ施設とは】→ 24棟のゲル(2～3名用)、食堂棟、共同のトイレ(水洗)・洗面所・シャワー棟、ゲル内部は床暖房(部分的に)、ベット(2～3台)、テーブル1台のみ、TV・ラジオ・トイレ風呂全てなし。夜は真夏でも10℃以下床暖房が必要、それと懐中電灯だ。真夜中の空は今迄に見たことのない満天の星空がとても素晴らしかった。</p>	
<p>住民の住居 ゲル</p>		<p>ノマジックツーリストキャンプでの家庭訪問と体験(ゲル2泊目)</p>
<p>遊牧民家庭、ザクダさん宅を訪問、日常生活の体験ができた。お客の接待方、馬乳酒の試飲、伝統ゲーム、馬頭琴演奏等々、また、弓、遊牧民の引越し体験、そしてこの旅行一番の目玉、乗馬体験です。初めての乗馬です、一人の指導者が二頭を先導、大草原を馬上からの眺め、清々しく風を切って走ったことは一生忘れえぬ感動体験でした。日の入が21時、一日が大変長く感じ夕食後も大自然を満喫できました。 〈朝夕は放牧達200頭の大集団(羊・山羊・牛・馬)・・・行列進行は凄い〉 〈大自然・大草原・満天の星空のもと、テレビ、ラジオ、電話、何もなしの2日間〉</p>		
<p><b>8月6日(水)晴れ</b></p>	<p>ノマジックツーリストキャンプ～ウランバートル(ウランバートル泊・1泊目のホテル)</p>	
<p>ツーリストキャンプを9:00出発、草原地帯を約1時間30分走りウランバートル市内に到着、市内でお買い物、カシミア専門店・市場、美術館、化石博物館、そのあとモンゴル民族舞踊を鑑賞しました。</p>		
<p><b>8月7日(木)晴れ</b></p>	<p>ウランバートル→岡山空港→まつもと空港(モンゴル4泊5日・・・最終日)</p>	
<p>早朝出発帰宅の途、午前3:00空港へ出発、・・・ウランバートル5:45出発、→岡山空港経由→まつもと空港13:00無事帰着。お疲れ様!! 〈5,000円の両替・・・最終日まで使い切れない・・・現地費用掛からない旅でした〉 まつもと空港の発着疲れしない!! 安価で空席いっぱい、ホテル綺麗、感動一杯よかった!!</p>		<p>遊牧民の集団大行列</p>

2014  
11・5・6

# 交流親睦会 ふるさと信州交流会

信州戸倉上山田温泉  
上山田ホテル



18:30～盛大に懇親会



21:00～二次会・地酒で親睦

今年から「親睦交流会」の方向に舵をとりました、  
 信州の素晴らしい紅葉のもと、温泉地で親睦を深め  
 JTBグループの発展と会員相互の健康で豊かな人生を  
 送れるように応援する集いと致しました。

まず、今までの木犀会との交流を大切に、ふるさと信州に  
 お越しいただける信州出身、過去に関係のあった  
 方々をお呼びし地元が歓迎するこんなスタイルで  
 スタートしました。（毎年30～40名規模）

11月5日は、よい天気で一安心、紅葉も素晴らしい  
 16：00静岡からのお客様到着、名古屋からの  
 大野ご夫妻到着・・・18：00上山田の発展とこれから、  
 若林正樹社長に講演を戴き記念写真をとりました。

11月6日は、快晴、7：45ゴルフ組出発、9：30体験組出発  
 マレットゴルフとりんご狩り、昼は信州そば、楽しみました。



郷土の歴史発展・・・若林社長講演



ふるさと信州・・・勉強会



交流親睦会「第一回ふるさと信州交流会」信州戸倉上山田温泉 上山田ホテル



これがマレットゴルフ・・・体験



上山田河川敷の公園・・・初体験



お手本を・・・信州人・浜島さん



信州「りんご狩り」体験



第55回交流ゴルフ14名



北アルプスをみて今井さんナイスショット

2014年度 **ウォーキング** 春一回 秋二回

5月25日(日) 第15回下諏訪界限 万治の石仏



参加者11名記念



下社秋宮



伏見屋邸



万治の石仏

諏訪湖のウォーキングは南信初のコースです  
下諏訪地区には最近注目の「万治の石仏」があります

諏訪湖ウォーキング 担当幹事 岩波信幸さんは・・・

今回、初めて諏訪地区を計画し、実施しました。平坦な場所で歩き易かったと思います。会員ご家族にも参加頂き、11名で実行できました。天候も良くご満足いただけたと思っています。歩くことは日頃の運動不足解消には最適で健康増進のためにも良いことだと認識しています。これからも計画しますので多数のご参加をお待ちします。

9月7日(日) 第16回安曇野旧篠ノ井線廃線跡を歩く



参加者12名記念(撮影者1)11+1



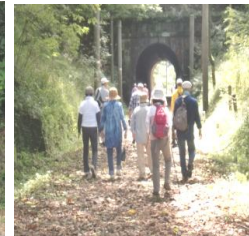
おやつづくり体験



安曇野ウォーク今日が最高日和、3年目で!!  
飯田さん、今回もガイドありがとうございました。



これが昔のトンネル



こんなところを歩きました

安曇野ウォーキング 担当幹事 牛島今朝雄さんは・・・

三年前は「初めての安曇野ウォーキング」と考えたので、表題を「安曇野ウォーキング」としましたが、続いて、飯山、諏訪、真田町と目新しい地域での散策が出来、これぞ信州と喜んでいきます。そこで次回は松本平の中からウォーキングに適した場所を企画させて頂きまして戴きますので宜しくお願い致します。

10月19日(日)

第17回真田氏発祥の地を歩く



参加者15名 真田の郷を歩く



女性ガイドさんの説明を聞く



快晴のウォーク

真田庵でクルミ・ゴマ味のおはぎ

真田三代の活躍を歴史館で思いを馳せる  
NHK大河ドラマ「真田丸」に期待します。

真田の郷ウォーキング 主任担当幹事 塩崎幸彦さんは・・・

真田の郷ウォークは、今年3回目のウォークです。5月の諏訪湖(下諏訪)は岩波さん、9月の安曇野は牛島さんの幹事でおこなわれました。いずれも好天に恵まれ、史跡や、素晴らしい眺めに感激しました。真田の郷ウォークは昨年10月27日に見学をしてコースを考えました、出発点の真田氏記念公園から真田氏の御屋敷跡、歴史館まで標高差180m、約5km、の登り坂、お寺や神社など説明を受けながらのウォーク、雨天を心配して「さなだ庵」での昼食を手配しましたが、当日も素晴らしいお天気でした。紅葉には少し早いようでしたが、復路も歩くほど

元気な皆さんが多く、いろんな心配も吹き飛びました。今年度3回のウォーキングには、大勢の皆様にご参加いただき、誠にありがとうございました。次年もウォーキング倶楽部を宜しくお願いします。

## マレット倶楽部の活動



4月16日(水) はれ



6月4日(水) はれ



7月23日(水) はれ



7月28日志賀高原CC 11名

2014健康マレット 担当幹事 岩波信幸さん  
 上田市丸子に位置する「天下山」が私たちのホーム  
 グランドです、天下山マレットゴルフ場を中心に三ヶ所  
 に行ってきました。今年は天候にも恵まれ会員一同楽しく  
 親睦をはかり、日帰り温泉巡りもできました。  
 健康マレット、歩く、話をする、温泉で癒す、この3つが  
 心身の健康を増進されるのです。マレットゴルフは、  
 誰にも出来る比較的簡易なスポーツです。  
 次年度は是非大勢の参加、会員加入を期待します。

期日	会場
4・16	上田市天下山マレットゴルフ場
6・04	上田市天下山マレットゴルフ場
7・23	諏訪市霧ヶ峰高原マレットゴルフ場
9・10	上田市天下山マレットゴルフ場
10・28	武石森林公園マレットゴルフ場



9月10日(水) はれ



10月28日(火) はれ



女性No1 山田ふみ子さん

## ゴルフ倶楽部の活動

2014ゴルフ倶楽部 担当幹事 久保嘉男さん

本年度は、天候に恵まれて、4回共好天の下に開催する事ができました。しかしJT各支店長の  
 参加が得られなかったが、賛助会員により3組以上のコンペを開催することが出来プレー代  
 も格安に納めることができました。消費税8%となって昨年に比してプレー代も上がりましたが  
 各々のツテを頼り参加し易い料金設定に努めました。賞品についてはナイスギフトを基本とし  
 その他は飲料食品等を季節に応じて選定しました。生活雑貨は各人好みもあるので除外しました。  
 来期もこの様な基準で進めたいと思っています。

- ①5月12日(月)第52回川中嶋CC、②7月28日(月)第53回志賀高原CC  
 ③10月2日(木)第54回篠ノ井ウィーゴ、④11月6日(木)交流親睦ゴルフ

<会報しなの路25号で第52回と第53回は掲載済み(写真)>



10月2日(木) 第54回親睦ゴルフ 14名



11/6 第55回交流親睦ゴルフ篠ノ井ウィーゴ 14名



長野 6回 開催

# 長野サロン

今回 3回 掲載

8月19日(火) 第55回 長野サロン 12名



【猛暑払】 今年も盆明けは暑い、12名のサロンは少ない、長野なら16名ぐらい集まっても・・・

10月21日(火) 第56回 長野サロン 11名



【紅葉狩】 信州の山々は紅葉に入った、里まではもっとあと、でも一杯やって紅葉顔がいっぱい・・・

12月9日(火) 第57回 長野サロン 18名



【忘年会】 夕々の盛況、前澤さん春日さん久しぶり、終り頃、吉田さんゲストに松屋の鈴木社長の顔も

長野サロン運営担当幹事 福澤成則さん

四月からサロンを担当しており大変だった事は、第54回の時予約会場の養老乃瀧店の改修工事が分らず直前に変更を余儀なく姉妹館「だんまや水産」にしたことです。申込をFAXで通知し確認の電話をかけて参加者の把握を行っていますが、なかなか連絡が取れなかったり、ドタキャンがあったりと今まで担当されてこられた方のご苦労が身にしみて分かりました。

同業他社の方や知人からBOB会組織がしっかりしていて羨ましがられます。この組織の継続はやはり会員相互の親睦にあると思います。飲ミネケーションも大事な要素です。会社での上下関係もなく無礼講で大いに歓談できる事が活力になります。

継続は力なりと言われております。微力ながらもう少し頑張っていこうと思います。皆様のご協力を屋根が居致します。

松本 4回 開催

松本サロン

今回 2回 掲載

9月24日(水) 第20回 松本サロン

11月26日(水) 第21回 松本サロン



会場松本駅前「日本海庄や」・・・11名  
松本サロン担当幹事 横山和佳枝さん

年間のスケジュールが決まっている事に頼ってしまい何時も一ヶ月を切ったからの連絡、間際連絡で一年過ぎてしまった気がします。皆さん予定が入っていて中々参加人員が増えない一年でしたが、サプライズゲストがあったり中には何十年ぶりに会った人がいたり、声掛けてくれて良かったなど一人満足感も味わいました。もっと早目に連絡をし先ず予定を入れてもらう事に来年度は心掛けて、女性さんかも強化して行きたいです。



会場松本駅前「笑笑」・・・8名  
松本サロン担当幹事 村瀬隆幸さん

年四回開催の松本サロン、日頃の気分転換と親睦をはかり男女和やかに盃をかたむけ楽しい一夜を過ごしております。長野サロンの皆様の参加を戴き盛大に開催しておりますが地元の身で10名以上の参加を目標にしておりますので年一回以上の参加をおまちしております。

次回予告→3月18日(水) 第22回松本サロン18:00～  
会場・日華楼の予定・・・参加希望者は担当幹事さんへ

私の近況です 其 & 1 12月1日の一日です



親睦は情報交換からも生まれます



あの方は、今、どうしているのかな？  
先日、サロンで話したが、どうも調子が悪そうだったけど、どこか悪いのかな？

この会報の一頁を活用し、OB・OGの皆さまへのお便り、「近況」のコーナーです

丸田光男さん

12月01日到着

個人的には、家族共々健康で穏やかな一年でありましたが、スキー場で勤務している私にとって大変な一年でした。まず2月14日～15日に掛けての大雪のため首都圏からの交通遮断。次に9月27日11時52分頃の御嶽山の噴火。死者57名、行方不明6名と戦後最大の大惨事になってしまいました。私が関連している「おんたけ2240スキー場」は、いまだ開業できていません。そして、記憶も新しく11月22日22時8分頃の長野県神城断層地震であります。私たちは松代群発地震を経験しておりましたが、家が潰れるかとおもいました。幸い大したこともなく、ほっとしました。被害を受けられた皆様、心からお見舞い申し上げます。

・・・先日も(11月29日)王滝村に行って御嶽山鎮静祈願祭を執り行ってきました、もう神たのみの心境です。来年こそ、何事もなく平凡な一年でありますよう祈っております。 合掌

12月1日の一日

朝いつもの通り5時起床。丹波島橋を渡り犀川の上流への遊歩道を歩く。今日は残念ながら、長野東高校の女子陸上部の生徒と会わずに残念！約5キロの散歩が終自宅へ帰り、会社の車で7時30分に黒姫に向かう。会社では冬季臨時社員の契約書作成業務でほぼ一日終了、帰りはJRに乗って自宅に17時30分着、19時からお風呂に入り夕食をいただく。明日は、菅平の安全祈願祭なので、早めに床に入る。22時おやすみなさい!!

三井長人さん

11月28日到着

8月末の松茸に始まり今年はきのこ採りに26回も行きました。新記録です。山歩きは健康維持には最適、きのこはガン予防最適です。

12月01日の一日

◆投稿文なし・・・12/1経過以前に投函・・・

塩崎幸彦さん

役員幹事



スタートの一打(本人)

12月02日到着

相変わらずボチボチ、ほどほどの生活ですが、年は確実に進むようで先日は腰痛で病院通いです。OB会のウォーキングもマレットも心配でしたが何とかなりました。12月のサロン(忘年会)はなんとか、その次はどうなるかわかりません。いつでも飲めるようにとおもいます。

12月01日の一日

7:00 ごろ起床、ゴミ捨て、落葉掃き、・・・  
8:00 テレビ見ながら朝食  
10:00 ～福祉センターの会議で昼まで  
12:30 ～昼食、テレビ見たり、散歩で午後は終り  
18:00 ごろ夕食、酒は少し多めに飲む、月曜ゴールデンが終り就寝。

# 私の近況です

其  
&  
2

12月1日の一日です

## 吉田修一さん

12月01日到着

皆様ご無沙汰致しております。JTB商事信州営業所で2年目、予算達成V4を目指して、日夜営業に励んでいます。日頃よりお中元、お歳暮と、JTB商事をご利用頂きありがとうございます。父93才、母88才支援や介護で女房はストレス疲れ、私は腰痛もなく元気ですが、昨年10月より一年GOLFは出来ませんでした。来年もよろしくお祈いします。〈今年も宜しく・・・〉

【2014年度(大口)】ホテルプエナビスタ客室改装(15年2月)ホテル翔峰貸切風呂2ヶ所新築(5月)、八方尾根開発(村)日帰り入浴施設新築(12月)など。

12月01日の一日

ホテルプエナビスタの8F・9F 51Roomの客室改装、1億円の工事を獲得、モデルルーム作成で現場です。夜は、三澤社長(東洋観光事業)と一杯やってきました。



## 石井峯之さん

12月04日到着

時に年を感じ乍らも退屈せず暮らしています。

12月01日の一日

雨のためもあり極めて日常的な一日でした。

## 村田 あやさん

12月04日到着

ひざを痛めてから少々動きが悪くなりましたが週一回のヨガ・フラ・卓球と絵手紙(月2回)が楽しみです。元気で長く続けられたら幸福です。少しずつ上達したらいいのですが思うようにはいきません。



12月01日の一日

朝から雨の一日、午前中スーパーへ買い物に行き立派な大根を買いお昼に豚肉とおいしく煮ました。午後は今一番楽しいフラの踊りを練習しました。

## 浜島幸男さん

12月04日到着

そばと米の収穫が終わりました。今年は米の収量が昨年より15%落ちました。8月の旧盆時期の長雨の影響と思われる。そばは例年並みだったが製粉所の人話では、そば粉の香りが弱くなっているとのこと。来年は種の更新をしないとイケないかも。



12月01日の一日

6時30分起床、朝食、新聞、TV(朝のワイド番組)。10時頃精米所へ粉をもらいに行き(軽トラ1台分)近所のたのまれていた家へ半分配達後、玉ねぎとニンニクに追肥をした後マルチングをする。午後雨13:00頃冬用タイヤ交換、16:00頃日帰り温泉、18:00夕食、23:30就寝。

## 古川則身さん

役員監事

12月04日到着

先頃の地震にはビックリしました。区の公民館も築後50年を経過し老朽化しており建て替えが必要となり建設準備委員会を立上げその委員となり現在は検討中です。体の管理は自分でしなさい・・・とのこと。毎日歩いております。



12月01日の一日

午前中は水中運動教室に参加してきました。午後は天気予報で雪だるまマークがついているので愛車軽自のタイヤ交換、夕方からは地区の県議員がおるので県政報告会に出席。

私の近況です 其 & 3 12月1日の一日です

大島 肇さん

12月4日到着

事務局、浦山さん、ご配慮いただきありがとうございます。  
 (手がしびれる状況で字が書きずらく、PCで作成の別紙に提出してくれました)  
 今年は「横浜」に帰り同期の仲間と久しぶりの再会を楽しんでくる予定です。  
 又、ロンドンオリンピックで活躍の「やり投げのディーン元気」選手や  
 陸連コーチ達との再開も楽しみにしています。  
 最近はスッカリ出不精になりましたが、これからはサロンにも  
 出席するよう努力していきます。



12月01日の一日

7:00 起床、洗顔、朝食、新聞みだし読み、リハビリセンターへ準備、  
 8:30 送迎車迎えにくる  
 9:00 体操、マシーンによるリハビリ開始です  
 12:00 帰宅後、昼食、そして新聞の熟読  
 16:30 マッサージ先生のケア  
 18:30 夕食、TV NHK、 22:00就寝

花村俊行さん

12月4日到着

「くも膜下出血」から9年目の今年、7月のCT検査で“マサカ”。  
 脳動脈瘤が見つかりし手術を決断、1泊2日の検査入院 7日後、  
 カテーテルから細いコイルを瘤に挿入する手術を行うことに、  
 ・ ・ ・ 5時間の手術と1週間の入院で無事生還を果たす。  
 入院前の“コワイ”話、手術中には血栓ができやすく、脳や心臓の  
 血管で詰まれば梗塞となる、しかしこれを100%防ぐ手立てない、  
 と。 Oh My GoD !! (事務局・ ・ 11月電話でお話できご無事でした)



12月01日の一日

月曜日は可燃ごみと枝葉の日だ、7時10分頃、自転車で片道4分の  
 集積所へ運ぶ。午前中にお歳暮の贈り先と品定めをして発送の  
 手続きを済ませた。午後は、明日から4日向こうも雪との予報なので  
 冬用タイヤにするために、15時頃よりガソリンスタンドへ。

柳澤寿重さん

12月4日到着

あけましておめでとうございます。今年もよろしくおねがいします。  
 昨年11月に「金婚式」(50年)を迎えました、そして10月には  
 「後期高齢者」の朗(老)人仲間入りをしました。  
 ・ 健康: 信大付属病院に定期通院をしていて飲酒は制限されていますが  
 元気にしています。  
 ・ 地区役員等: 柳澤家他菩提寺の世話人、貞享義民社奉賛講の区代表役員  
 その他、区長、公民館長、育成会会長、神社総代の地区役員は全部  
 卒業いたしました。  
 ・ 趣味: 「ひびき三郷俳句会」会員(排号: 寿峰) 市社会福祉協議会  
 「健康麻雀クラブ」会長、(12/25信毎俳壇入選拝読 浦山)  
 ・ その他: 農業(稲作は外部委託)休耕田畑作業、運動不足対策中、  
 内孫は高2(姉)中3(弟)



12月01日の一日

6:30起床、7:30孫姉駅送り、7:40孫弟学校送り、10:30中学校ミ二同級会、  
 2年3年連続全校優勝の学級新聞復刻版、15:00健康麻雀クラブ三役会議、  
 17:00犬散歩、18:00孫の学習塾送り。20:30迎え、22:30就寝

# 私の近況です

其  
&  
4

12月1日の一日です

## 大日方和子さん

故弘さんの代理（会員）



12月4日到着

毎日出来るだけ 6000歩から10000歩を歩くように心掛け  
バランスの良い食事に気を使い、身の丈の生活をしています。  
たくさんの時間と少しばかりのお金を残して行ってくれた事に  
感謝です。これからは、楽しみを見つけて明るいく、人には優しく  
生きていけたらと思います。

12月01日の一日

亡くなったのが1日だったので(8/1)お墓へ花を手向けに  
行ってきました。でも夫はそこではなくて、私の心の中に  
いつも生きていていると思っています。

<事務局より連絡があり、夫に代わり会員にさせていただきます>  
<何卒よろしくをお願いします>

## 藤井すみ子さん



12月5日到着

私の誕生日は11月15日です、今年誕生日を迎えて65歳になり、  
高齢者の仲間入りをしてしまいました。

仕事の方も皆さんに迷惑をかけるようなことがあっては申し訳ないと  
思い11月末で退職しました。退職後は、インフルエンザと肺炎の  
予防接種や肝炎と骨粗鬆症の検査と、病院をはしごしています。  
どこか悪くて病院へ行くのではないのですが、これからは健康に  
気をつけて楽しくゆったりと晴耕雨読の毎を送りたいなあ〜  
と、思っています。

12月01日の一日

11月末で退職でしたが、11月は有給休暇がありほとんど出勤  
しませんでしたので、今日、1日に会社の皆さんにお礼の挨拶に  
出向きました。9時30分頃出社し皆さんにご挨拶をした後に  
5時間ばかり仕事をしました。社長さんが「すっかり家に入って  
しまっはボケてしまうから(笑)」と、「忙しい時のみ手伝いに」  
「出社したらどうか」と言って下さり、今後は月2〜3日出社する  
予定です。そんなことで12月1日は仕事をしました。

## 越野修一さん



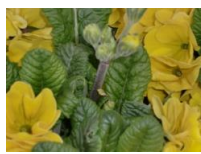
12月5日到着

今年11月より健康の為、週3日のアルバイトをしています。  
一日4時間単純作業です。3年目に入った家庭菜園は相変わらず  
土が悪い、手入れが悪い、ので満足な野菜は出来ませんが  
見よう見まねでやっています。来年は一品でもよく出来たと  
自己満足できる物を作りたいと思います。

12月01日の一日

午前中野沢菜漬、午後は妻のおともで食品の買い出しに、  
(主に運転手と運び役ですが)

空いている時間は、ボケ防止のため、推理パズル・ナンプレ(数独)  
読書で時間つぶし・・・6:15起床・・・22:00就寝・・・



私の近況です 其 & 5 12月1日の一日です

**滝澤信一さん**

ながの観光コンベンションビューロー  
専務理事(当会副会長)  
副会長



12月6日到着

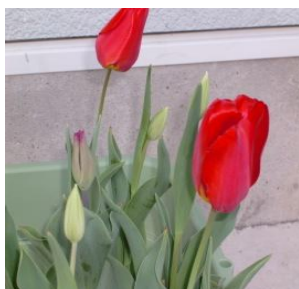
あけましておめでとうございます。  
善光寺前立本尊御開帳に向けて誘客に明け暮れています。  
本年は御開帳と戸隠式年大祭(七年に一度)と言うことで、  
2015年は、神と仏に会える年、長野です。  
健康状態は、糖尿、高血圧等、毎日3種類の薬を飲んでます。  
皆様、健康には充分木をつけてください。

<事務局 本当は滝澤さんです、健康に注意してください>

12月01日の一日

長野市副市長(理事長)と打合せ・・・  
つづいて、長野市まちづくり推進課長との打合せ・・・。

**熊木奈美さん**



12月6日到着

今年の春爛漫の5月30日、105歳まであと5日と言うところで  
義母は他界しました。母親が105歳ともなれば娘や息子達は当然  
70歳代80歳代となる訳で義母の100歳の誕生祝いで、  
これからは追越禁止で(母より先に逝ってはだめ!!の意)頑張りましょうと  
全員一致で誕生パーティーも盛り上がりました。  
私も実母とは25年間の生活でしたが嫁いってから義母と42年間も  
共に暮らし嫁としての務めも全う出来たかな?と  
自己満足しています、うぬぼれかな??

12月01日の一日

今年もあと1ヶ月年末商戦に向けて朝、神棚に祈願しました。  
そして、畑で野沢菜を採りました、  
夕方から店で22時まで働きました。

<事務局 お店は大変です、お疲れ様、来年マレットに参加してネ>

**生島今朝雄さん**

会長



12月6日到着

相変わらずの毎日です。健康面では歯医者通いとヘルニアで時々足が  
しびれる程度です。今年目標であった日々散歩は叶わず、来年へ  
継続。日常生活は、趣味のお蔭でいろいろな世界の方々と  
お付き合いが続き、忙しくも楽しい日々です。

12月01日の一日

7時半起床、10時半出発、ハーモニカ教室の安曇野と松本の合同忘年会。  
16時半帰宅、ファンヒーターを用意、PCに今日の演奏について記録。  
過日ソロをデュオに編曲した楽譜を送ってあった友人のギタリストから  
演奏音に変えたCDが届き、聞いてみた、書き直した。19時夕食、  
19時半から古代史研究論への反論文構成作業。ニュースゼロをみて  
24時就寝。今日もあっという間に終わった。

**岩波信幸さん**

役員幹事



12月6日到着

健康診断でも特に悪い所もなく、しいて言えば血圧が少々高いかな、  
でも最近低めになっていますが、これから寒くなるので、気を付けて  
行きたいと思っています。現在歯の治療中です。毎日大過なくすごして  
いますが、運動不足になりがちなので、家の中で出来る運動を考えて  
行きたいとおもっています。

12月01日の一日

午前中老人クラブ80才以上のお祝いの記念品買い、午後は文具店へ。

# 私の近況です

其  
&  
6

12月1日の一日です

## 村山節子さん



12月6日到着

師走の大掃除の時期が来ると毎年同じ事が頭がよぎります。余分なものを捨て去り必要なものだけを持って小ざっぱりと暮らせたらどんなに気持ちがいいだろうかと。さぞかし心の中までスッキリすることだろう。今、はやりの断捨離を来年はやってみようか、と考えながらまだもう少し先でもいいか、なんていう思いもあります。

12月01日の一日

午前中 以前から気になっていた何度の片づけ・・・  
午後 お歳暮の品物を購入するため外出・・・  
これで、年末の仕事が二つ片つきました。

## 村瀬隆幸さん

役員幹事



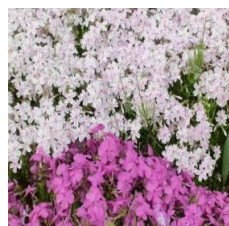
12月6日到着

一年間平々凡々に暮らす予定が9月に入り暗雲が立ち込めた。長男の嫁の父親が御嶽山の噴火で被災し5日目に発見され悲惨な体で帰宅した。私もピーバーで草刈り中に4ミリ位の針金が足首の少し上を貫通救急車にて病院へ今でも指先がしびれており松本サロンを欠席しました。悲しみの次は幸せが、新しい年が良い年になるよう祈っています。

12月01日の一日

今日はチョップリ寝坊で4時30分起床、午前中は福祉広場で習字とクリスマス会の打合せ。午後は頂き物のそば粉でソバのためし打ちと4ヶ月目の考汰朗君の子守、夕食はソバの味見、今日も楽しい一日でした、8時就寝。

## 市川 満さん



12月6日到着

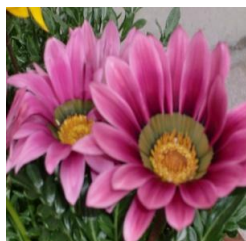
長野市川中島に転居して一年と少し、ようやく地域の雰囲気に慣れて勝手気ままな生活。サンデー毎日の過ごし方もようやく身について来ました。

12月01日の一日

6:00前 ゴミ集積場のカギ開け(ゴミ当番)、朝から雨が降ったり止んだり一日中家でゴロゴロ。  
午前中: 高倉健の映画「あなたへ」  
午後: 「幸せの黄色いハンカチ」 いづれもビデオに録画し鑑賞  
22:00就寝(明朝もゴミ当番)

## 福澤成則さん

役員幹事



12月6日到着

11月中旬リンゴの収穫作業を一週間程手伝った、家庭菜園の収穫も終盤になり白菜の収穫をあと二畝残すのみとなりました。身体を動かし健康維持に努め毎日の晩酌を楽しみにしています。

12月01日の一日

6:25起床、日課にしている体重・血圧測定を行い朝刊に目を通し連載小説を一読する。道路に落ちた庭木(ライラック・梅)の落葉掃除を行った。長野サロンのレポートを作成した。昨日の野良仕事(白菜の収穫と天日干し、長ネギの収穫)の疲れもあり、早目の就寝となった。

# 私の近況です

其  
&  
7

12月1日の一日です

## 中谷貞久さん



12月6日到着

酸素ボンベを離せない生活ですが一応元気です。  
知っている有名人が次々と亡くなり淋しい限りです、  
終戦当時の話をする人も少なくなりました。  
東京オリンピック返生きたいと思っていますがどうでしょうか？

12月01日の一日

6時起床、新聞受取SBCテレビを見る  
9時1ヶ月1回の定期診断で病院に行く、11時終了  
ラーメンで昼食、テレビを13時まで見る  
午後、昼寝2時間、夕食7時までテレビ、  
21時まで家族と雑談して、22時頃寝る

## 勝 幸子さん



12月8日到着

北信(県北部)のみな様、先日の大きな地震、大丈夫でしたでしょうか  
お見舞い申し上げます。

年と共に動きが悪く気をつけなければいけない事が多くなります。  
今年肺炎予防接種対象者85才の私、ある日医者で  
「どうせ何にかの病で・・・?」と言うと先生曰く「肺炎も苦しいヨ」  
と言われ、家族三人接種する事にします。

12月01日の一日

6時半ラジオ体操を聞きながら布団の中で体操? 7時ごろ起床。  
月曜日は可燃ごみの日、週一の掃除日に。午後はテレビと  
二人の友人とメール、日が短いから早目の夕食、  
22時頃寝床へ。

## 石黒康子さん



12月8日到着

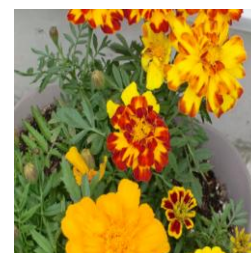
一年一回の健診、結果も良く元気です。  
アロマセラピストとして他の人々の健康をサポートする  
ボランティアをしています。  
他のボランティア活動もしており少なくとも週2日位の外出と  
来客で忙しい日々です、一人暮らしでも充実した毎日です。

12月01日の一日

7時起床、ストレッチ運動20分位。 8時朝食・・・その後テレビ9時  
まで、午前中かかって掃除・電話の応対等。雨なので午後の外出を  
中止し、読書、不用品整理し火曜日の燃えるゴミ収集に備える。  
19時、一人の夕食をテレビを見ながら・・・23時過ぎ就寝。

## 高原幸雄さん

役員幹事



12月8日到着

10月に還暦を迎えました。相変わらず病院通いと薬にお世話に  
なっています。毎朝のラジオ体操と往復8キロを徒歩で通勤し  
運動不足を補っています。肥満と塩分取りすぎに注意しながら  
今後も現役を続けていきたいと思えます。

12月01日の一日

5:15起床、先日の地震でお墓が心配になり様子を見に行く。  
2つの墓石が大きくずれていたため汗だくで直す。周りのお墓も  
倒れたり、ずれていたのを改めて地震のすごさを感じた。  
8:30出社、1日事務作業、19:30帰宅、焼酎で一杯、23:00就寝。



# 私の近況です

其  
&  
8

12月1日の一日です

## 山岸辰二さん



12月9日到着

あけましておめでとうございます。  
近況、昨年目標、①BMIは22.3でクリア-②料理挑戦375品以上  
できてクリア-したが中性脂肪あがる。(おやつかな?反省)  
③〇〇ムーン旅行出来ず残念。  
今年の決意と励行項目  
①「健康オタク」と「筋力増強」生活の継続。  
②食事づくりと食べて楽しむ生活で体質改善中性脂肪80。  
③漢字検定〇級もしくは善光寺での写経を実施  
穏やかな年でありますよう願っています。

12月01日の一日

6:00起床、健康チェック(体重・血圧測定・テレビ体操)午前中病院  
定期受診後ウォーキングと買い物。家計月報作成、夕食準備し  
「水戸黄門」見ながら夕食。NAGANO検定のテキストブックをみて  
(試験不合格時の決意④に追加)、1:00に寝る。

## 柳町正人さん

4月~JTB商事勤務中  
副会長  
事務局長

12月9日到着

- ・健康状態 お陰様でほぼ健康です。
- ・日常生活 会員の皆様にお歳暮のご用命を賜り  
厚く御礼を申し上げます。  
県内のエージェント(旅行代理店)へ国内・海外土産の  
セールスに行っております。

12月01日の一日

(株)JTB商事信州営業所内に、一日勤務致しておりました。

## 小澤司佐子さん



12月9日到着

今年の3月より、左肩がまっすぐ上にあげれなくなり、  
かゆい所に手が届かなくなりました。  
これってよく言う、40肩、50肩? というものでしょうか?  
と言うことは私は60台にして、50肩と言うことは若い?  
そんな事ありませんね! 二年越しにしたくないのですが  
間に合いません。 そろそろ医者に行こうと思っていますが。  
<事務局 50肩とは、50歳前後の人によく起こる、肩や腕の凝りや痛みです>

12月01日の一日

いつものように仕事に行きました。 12月3日に思いだし  
そういえば、何にしていたっけ? と考えましたが、  
いつもと同じだとも思います。

<事務局 そのいつもとはどんなことでしょうか、次回にでも>

## 前澤 実さん



12月9日到着

一石三鳥を狙い3日に1日の割で実家の農業をしています。松代群発  
地震の時に地滑りのあった地帯です。そのため石が多い畑です。  
●一鳥・・・石を除いて良い畑に ●二鳥・・・つるはしを使うので体力強化  
●三鳥・・・虫眼鏡で見る種から豊かな実り。  
株式は2倍、3倍にはならないが、農業は、5倍、10倍になることに  
気がついた、それも短期間に、欲が出た。

12月01日の一日

実家でジャガイモ掘り。  
新しい種類の「ニシユタカ」を植えてみました。味はどうか。  
なんでも新しいもの好き。何でも蒔き過ぎ。

# 私の近況です

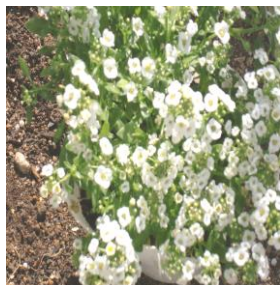
其  
&  
9

12月1日の一日です

## 西条栄一郎さん

12月10日到着

3年振りに4回目の富士登山に挑戦しました。親娘3人で8月中旬富士宮口五合目を出発しましたが、台風さながらの風雨戸運動不足の為、八合目宿泊を七合目泊りに変更を余儀なくされました。翌朝山小屋より御来光を拝観し、山頂浅間大社奥宮(改築工事中)で記帳してきました。平成26年の一般登拝者は28万5千人、内70歳以上の高齢登拝者1093人(長野県からは20人)です。体の調子が良く5回目の登拝が出来れば幸いです。



12月01日の一日

朝から雨降り、「3勤2休」パターンの2勤目の出勤です。11時30分勤務始め、現在の契約者2400人、高校生(約2000人)が主な利用者の駐輪場です。雨の日は車両の入出場は殆どありませんが傘差し運転が禁止されたので、大型ビニール袋(雨合羽の代用)がたくさん捨てられます。17:30分勤務終了、気楽な2勤目でした。

## 坂井美雄さん

12月10日到着

相変わらずのペースで日々すごしております。風邪もひかずに過ごすことが出来ました。感謝です。老化防止に、ウォーキング・テニスにと、体を動かして体力維持に努めています。3月に「松本山雅FC」がJ1に昇格します。練習場が我家から5分の所にあり、現在急ピッチで工事をしております。4月から環境が代わって騒がしくなりそうです、応援に行く機会が多くなります。



12月01日の一日

起床8時、雨で早朝テニスは中止、朝食後、市総合体育館で2時間程トレーニング! 昼食後、パソコンで旅行の写真を整理。夕食後・・・テレビをみる、ストレッチ後、22時就寝 (おやすみなさい)

## 高村徳太郎さん

12月10日到着

昨年の脳梗塞から1年半、ようやく元気になり、ボランティアでまちづくりに励んでいます。お蔭様で「稲荷山町重要伝統的建造物群保存地区」に、全国109番目、県6番目の選定となりました。私は昨年10月一般社団法人「稲荷山町くらしと心を育む会」を設定し理事長に就任し相変わらずまちづくりに努力しております。5年後、10年後が楽しみです。文化庁のキャッチフレーズは「多様な建築群が残る善光寺街道の商都」です。お立ち寄りください。



12月01日の一日

6:00起床、7:00朝食、9:00来客、10:00近くの古民家で打合せ、11:00市文化財センターへ打合せ～市役所～12:00昼食、13:00銀行へ、14:00～15:00近所のOOサンとコーヒー店で雑談。18:00夕食、19:00～21:00テレビ、22:00就寝。

## 横山和佳枝さん

JTB・松本支店勤務です  
役員幹事

12月10日到着

相変わらず、忙しい、毎日です。  
あちこちいなくなってきましたが・・・

12月01日の一日

仕事です。  
月末の翌日ですのであわただしくしていました。



# 私の近況です

其  
&  
10

12月1日の一日です

## 山田 功さん

前会長



### 12月10日到着

“美しく生きる 健康寿命延伸都市・松本” がスローガンの松本市・私自身も健康で生活できるよう今年一年は体を動かすことに挑戦し地域・OB会での行事・サークル活動に積極的に参加をし大病もせず無事過ごすことができました。仕事面につきましても、2月の2回の大雪から始まり木曾地区で7月土砂崩壊・10月御嶽山噴火、11月白馬神城断層地震との影響でキャンセル続きで最悪の一年・・・。地域・OB会のよき仲間との旅行・サークル活動・会食等々楽しく過ごせた今年に感謝 !!

### 12月01日の一日

地元写真倶楽部のゴルフコンペ(松本CC)初参加。夜は床屋さんの仲間夫婦5組での恒例忘年会、なぜが異業種の仲間に入れて頂きました。

## 浦山 昭さん

役員幹事  
情報担当



須坂臥竜山のサクラ

### 12月10日到着

(体重73kg・身長163cm・年齢71歳11カ月・・・メタボ体型)

11月11日(火曜日)、糖尿クリニック「板倉内科」へ向かった、定期検査である。数年前から2ヶ月に一度、欠かさず通っている、糖尿病予備軍?である。板倉医師とは長野日赤時代から続けてお世話になっています。最近タバコを止めてから体重増加が心配、そしてお腹の引っ張りが気になる。

予約時間より30分早く到着(これが早く帰れるコツ)、尿・血液検査、体重測定、血圧チェック、先生の出番までの準備過程である。

血液ヘモクロビンA1c 6.9→糖尿病

(HbA1c 5.5以上「要注意で要健康相談」同6.1「予備軍」)

いよいよ板倉先生登場・・・混雑しており何時もより20分遅れた。

「浦山さん数値悪いですね」「運動されていますか」

「身体は大丈夫ですね」「今まで通りの薬でやってみましょう」

「食生活の改善・・・さらなる計画的運動を続けましょう」・・・と。

只今元気です。毎日規則正しい生活をしています???、散歩以外はPCがお友達、物忘れ、痴呆症を気にしながら、会報の作成準備中。

### 12月01日の一日

起床6:10まだ暗い、朝の散歩(最近一人散歩は徘徊者=注意)30分程・・・

6時～7時、朝霧、8時晴れ青空あり、9時ごろから曇りのち雨降りとなりました。「マッサン」NHKの朝ドラをBS7:30と定刻8:00の2回見る変な癖がついた。今日、月曜日は「可燃ごみ」の日、

9:30ゴミ出し(本当は8時まで、ても10:00までは大丈夫)10時～16時パソコン中味の大掃除①着信メールの削除、②アドレス台帳の整理、③保管不要データの消去、④OB会資料データの整理等々。

17時、孫二人、北条保育園へお迎え(佐藤里咲=Risa5才・佐藤亜泉=Ami1.8才)

17:30～ 夕食と遊び、これが大変、ママが帰宅の2時間、

月～金まで毎日、戦争のようなおこもり、時々実家泊りもあり。

今日は、19時30分 お二人自分の家へ・・・ママひきあげる。

20時、TVSBC「SAKURA」を見て、

22時過ぎ就寝しました。

私の近況です 其 & 12月1日の一日です

其  
&  
11

関森 毅さん



12月10日到着

今のところ少しばかり体調の思わしくない所もありますが、普通の生活を送っています。電池を切らさないように時々充電をしながらもう少し、生かさせてもらいます。

12月01日の一日

7:30起床、午前中膝の治療を兼ねて温泉へ、昼食後少し横になる  
15:00趣味の時間に、18:30晩酌を少々、食事をとる。  
食後テレビを見る、いまはまっている番組、“ドクターX・「私失敗しないので」”・・・今夜はなし  
21:00ニュースを見て床につく・・・  
本「自分は自分、人は人」を読みながら眠りにつく。

島田正一さん



12月10日到着

月に2回の講座がある県シニア大学と月1回の水彩画講座へ行っています。また、入場無料から500円、1000円位までのコンサートを見つけて聞きに行っています。ジャンルは何でも行っています。

12月01日の一日

眼科へ点眼薬をもらいに行き、午後は干し柿の皮むき。夕方よりシニア大学の活動発表の打合せのため18号線沿いのおいしい広場の甲羅本店で飲み会。

柴崎紀佳さん



12月10日到着

朝、昼、夜、と3食薬飲みながら毎日楽しい事を考え頑張ってます。地域のサロンで次の行事を予定したり(例えば簡単な体操教室、特養と連携し)特養でのボランティア・お寺の総代とか通学路のすぐそばにたまたま自宅があり子供たちの下校時に声かけ、見守り隊員をやったりしています。あいの間に家の前の畑(借土地)70坪に野菜いろいろつくり新鮮なもの食べて太陽様に感謝してます。

12月01日の一日

老人クラブ連合会での男の料理教室に参加しました。メニューは「まぐろ丼とサラダ」分担作業をしんげんにやり皆でわいわい楽しく中食を食べて交流しました。食事のバランスについても学びとてもよかったです。午後は明日のボランティアでやる本部初公開の落語の練習をやりました、喜んでくれる高齢者の姿を想いながら・・・・・・。

鹿野百子さん



12月22日到着

変わりありません、元気です。毎回の長野サロンには参加しています。12/1(月)毎年あわただしく終わる月です。今年こそは余裕で一カ月を過ごそうと計画も新たにスタートしました。先ずは、今年最大のストレス解消、大掃除です。

PS: 大変遅くなりました、間に合いますか?  
FAXで送ります、最初からこうしておけばよかった。

## 木犀会さんからのお便り

交流親睦会11月5日～6日「ふるさと信州交流会」に参加して

信州BOB会の皆さん、明けましておめでとうございます。

私、2011年から毎年、交流会や、中部支部総会等で長野県を訪れています。

何時も思うことは皆様の「おもてなし」の素晴らしさです。

長野で冬季オリンピックが開催されたことが良く理解できます。

当、木犀会も見習わなくてはと、つくづく思われます。

毎回毎回、信州の旨いものをふんだんに提供していただき、さすがと言える対応と

楽しい2日間を演出していただき、いつも感激しています。

毎年お世話になりっぱなしで恐縮です。

この素晴らしい交流会は、秋の紅葉の美しい時期ですので、これは続けたいと思いますが、

今、私の目標は一度、新緑の季節に皆さんが行われている、

志賀高原での「たけのこ狩り」に参加したいなあ!!とっております。

今年は是非と考えています(体力があるうちに)。その節は宜しく願います。

信州BOB会の皆様、当方、浜名湖のアサリも2年程、

潮干狩りを中止したためかだいぶ増えたようです。

本年は潮干狩りも楽しいかと思っておりますのでお越しになりませんか、

お待ち申し上げます。GWから潮干狩りから出来ます。

木犀会事務局長 村松志男

< 清里高原萌木の村ROCKにて >

2014年交流旅行の際に昼食で立ち寄ったレストラン



交流会参加者8名 左側から 金原会長、鈴木副会長、大石夫妻、今井夫妻、伊藤さん、松村局長さんです。

すみません、奥さん今日に限って入れ替わっています・・・意図的か偶然か？

# 大日方和子さんからの便り . . . . 8月30日

前略、先日の亡夫の葬儀に際しましては、お忙しい中、ご遠方から  
 たくさんの方々に、ご会葬いただき、本当にありがとうございました。  
 早いものでもうすぐ一カ月が過ぎようとしておりますが、今「あなた」と呼べる  
 人が、突然目の前からいなくなりました。この現実を受け止めることが  
 出来ません。だって6月上旬まであんなに元気で二人で  
 あちこちへでかけていたのですから . . . . .  
 病院の窓から毎日きつとつか家へ帰れると思って見つめていた  
 事だとも思います。さぞ無念だったことでしょう . . . . .とても悔しいです、  
 淋しいです。でも泣いてばかりいられませんこの苦しみを楽しみに変えて  
 しっかり生きていきたいと思えます。天候不順のころころです、  
 どうか皆様ご自愛くださいませ。 先ずは御礼まで 早々



会葬御礼



蓮の花

**2014年8月30日 大日方和子**

2014・8・1 大日方 弘さん(69才)がご逝去  
 謹んでご冥福をお祈りいたします。  
 6月4日(水)第16回健康マレットが最期でした、何度か一緒に  
 仕事をしました、名古屋駅前の独身時代、上諏訪の御柱祭が印象的  
 お互いに切磋琢磨して頑張りました。 . . . . 事務局 浦山

## 2015 新幹線延伸・善光寺御開帳 長野市が熱くなる

善光寺御開帳4/5~5/31

北陸新幹線 E7系が走る

### 近々のニュースと 編集後記

- ① 「JTBOB会」→「JTBグループOB・OG会」に改訂 2014年6月1日から . . . 事務局移転
- ② 「地区会」の名称を変更することとなりました。2015年度 新事務局 〒380-0904
- ③ 2015年度の支部総会は北陸に決定しました。 長野市七瀬中町161-1
- ④ 北陸新幹線金沢延伸3月14日です。飯山駅初停車一日12本、 アーバンネット七瀬ビル本館四階
- ⑤ 7年に一度の盛儀 善光寺御開帳 4・5~5・31 (株)JTB商事中部営業部信州営業所

今回の「近況報告」は40名程で昨年より多かった、  
 しかし60%なのは少し残念、投稿して欲しい人には  
 次回を期待したい。それでも親睦の輪が広がれば . . .

電話 026-226-0069  
 Fax 026-224-3455  
 副会長・事務局長・支部理事  
 OB会対応 柳町 正人 勤務

<製作事務局 情報担当 浦山 昭 090-1653-9830>