

旅と絆

(株)センターツーリスト「旅行友の会」会報

第45号(新年号)

発行責任者 古久保 暢男
電話 06-6354-9131 (代)
FAX 06-6354-9134
E-mail c.t@f7.dion.ne.jp

2014年

迎春



ヒマラヤ山脈：亀井勝正氏撮影

センターツーリスト創立30周年記念行事



伊波さんのお話と

琉球舞踊を堪能

センターツーリスト30周年記念行事として沖繩講演と琉球舞踊の夕べを11月9日(土)ドーンセンターで開催。参加者は沖繩の現状を語った伊波洋一さんの話に胸を熱くし、美しく可憐な琉球舞踊を絶賛・堪能しました。

新年あけまして

おめでとーございませす

昨年はセンターツーリスト創立30周年を迎え、新体制のもと、新たな前進への決意を固めあつた年でした。



「友の会」古久保会

年明けの世の中は、ご承知の通り、くらし・平和に逆行する悪政が強引に進められています。国民の多数はこれをよしとしていないことは明らかです。心合わせて「多数者の幸せの道」を拓く年にしたいものです。

とりわけ楽しい旅は「豊かな暮らし」「確かな平和」であつてこそ。

1200人の「友の会」のみなさんが、その思いで仲間を増やし、希望と感動を生む楽しい旅を一緒に。

今年もどうかよろしく。

恒例の望年ツアー



世界遺産・熊野古道



★参加者は34名。12月2日〜3日(月・火)、和歌山県川湯温泉へ。両日とも暖かくて、熊野古道・熊野本宮大社・湯浅の町並み散策やどんぐり広場での買い物を楽しみました。夜の交流会では今年を振り返り、来年の希望を漢字一文字に表して語ってもらいました。



(上) 森さんのハーモニカ伴奏で大歌う会
(下) 湯浅の町並みを散策

健

● 仙人風呂は話の種になります。また、来年のツアーも参加できるよう健康に暮らしたい

- いい企画でした。来年も充実したプランで、もっとたくさんの参加を！
- 熊野古道、もうちょっと歩きたかった



和

- ♪ 老後は続くよいつまでも…♪ の全員合唱がよかった
- 湯浅の町並み散策がよかった
- 天気が良く、近場でラクチンだった



輪

- 昼食はご当地食材でよかった。今後もこんなところを旅したいな
- 添乗員のユリちゃんは、みんなを楽しくさせる技術も身に付け成長の跡が見られます。みんなの孫のように見えています。これからもガンバッテヤ～



“辺野古に米軍基地はいらない” 稲嶺市長の再選を！

.....

望年ツアーのバス車中で、「稲嶺ススム市長を再選させよう」の訴えに28600円が集まり、早速、現地に送りました。

山部会10月30日



◆とても素晴らしい景色で満足しました。
 ◆みんな和気あいい、初めての人も前から参加してくれていた様で絆が結ばれ、会員の信頼関係が深まった様に思う。
 ◆今日も楽しい山登りでした。ありがとうございます。

蓬萊山、ありがとう！

◆初めての比良の山々に満足でした。
 ◆面白くてちょうどよかったです。
 ◆一度行ってみたかった山なので満足です。景色も最高でした。

〓会員さん紹介〓

よしせ孝子さん

私のセンターツーリスト(以下CT)とお付き合いは、大阪AALA連帯委員会の上村さんのお勧めで07年12月中国・桂林の旅に誘っていただいたのが始まりで、親しい方も多く、とても楽しかったです。

先日、一度は訪ねなければと思っていた「東北復興交流ツアー」に参加しまし

た。

参加者の殆どが志を同じくしている方々らしく、淡路からの3人組は私の旧友Kさんと親しいとか、同窓会の8人組は顔見知りの方がお二人も、お食事のとき偶然隣に座った方と親しくお話してきたりして、沢山のお仲間ができたいい旅でした。

震災の生々しい被害、遅々として進まない復興現場、被災者との交流な

ど、またとない貴重な経験でした。

旅はその地の文化や人々の暮らしや生活に触れて、わが身、わが生活を眺めるいいチャンスです。

創立30周年の祝賀会で話された、CTの旅のテーマ『平和』『自然』『文化』の意味の深さを再確認しています。

これからも健康とお財布が許す限り旅にでたいなあと思っています。

ネパール&ブータン

今回の旅は私にとって特別な意味のある旅でした。ブータンに嫁に行っている娘と孫娘、そしてブータンの家族の人たちとの初めての出会いも私の旅程の中に含まれていました。
 ブータンに着くなり、娘と孫娘と一緒に行動することを承諾していただいた一行のみなさんと旅行社のあたたかい心づかいで、私のブータンの短い旅は、本当に内容豊かなものになりました。ありがとうございました。

〈八尾市〉伊東 正勝さん

ネパール、ブータン両国は霧困気的には対象的でしたが、それぞれ歴史などの特徴を明確にしてくれた旅行でした。

ネパールの街中のエネルギーは今の日本にはないものを多く感じました。

しかしネパールもブータンも、宗教色の強い国ですが、徐々に市場経済の波にのまれ、その良い面と同時に弊害もあらわれつつあるような気がしました。

〈堺市〉小田順平さん

うたいながら交流



◆年次総会と忘年会を11月29日、京都で開催。午前中は先斗町から紅葉の南禅寺などで撮影会。11人全員気合を入れてええ写真を撮りました。
◆その後は年次総会と楽しい忘年会！会場につくと皆さん元気に変身！新年度の活動方針に新たに撮影技術のレベルアップを目指す「写真技術教室」提案など活発な討議がされました！



ニューヒーロー

日野原重明・聖路加国際病院理事長も実践しているという「うつぶせ寝健康法」。

先生は、病院に運ばれてくる患者の血中酸素量が体位によって異なることに気づき、うつぶせに近いほど血液中の酸素濃度が高く、酸素濃度が高いほど症状の回復が早いという臨床結果を得たという。

時無呼吸症候群には効果的だとか。早速チャレンジ！

うつぶせ寝は慣れないと違和感がある。家人には頼めないので、抱き枕で添い寝のようにならなからスタート…。

ところが、うつぶせで寝たはずなのに朝起きると仰向け寝に？…。しかし、慣れると、違和感なくうつぶせ寝で目覚めるようになります。

慢性蓄膿症で、睡眠時はほとんど口呼吸。口はカラカラ

で夜中に必ず1〜2度水分補給の毎日でした。が、うつ伏せ寝はあおむけ寝と違い、口は下向きなので自然と鼻呼吸、いびきもなく、口も渇かない。

なによりも、寝つきが良くなるなど、いいことづくめ。

某製薬会社のCMではないが、「朝の目覚めがいいって、本当なんです！」を実感。

「まゆつば」とお考えのみなさん、劇的効果をお約束します！お試しあれ！

〈藤棚バスツアー〉



和歌山・美山の里森林公園
藤棚ロード1.6km日本一

- ◆日時 平成25年4月29日(祝)
- ◆集合 梅田・大弘ビル前 午前7時50分
- ◆費用 7500円(弁当・入浴・入園)



山部会 “前川明雄さんで行く” スイスの旅10日間!

◆日程:2014年

6月23日(月)~7月2日(水)

◆代金:496,000円

(※15名様以上の場合)

★お申込みはお早目に



囲碁部会 酒あり、歌あり、囲碁もあり

- ◆日時:3月29日(土)~30日(日)
 - ◆場所:白浜ランスロットマンション
 - ◆参加費:8000円(交通費別途)
- 白浜は桜満開の季節、囲碁をしない方も、花見・夕陽・温泉満喫!

*** 総会のご案内 ***

とき2014年4月5日(土)

I部 10:00~落語鑑賞(繁昌亭)

II部 13:00~総会・グリーン会館2F

.....
III部 15:00~交流会 大川端