

# 人生観が変わる究極のリゾート!



## 航空料金のご案内(成田/セブ往復1名様分 成田空港税込み)

出発日	年齢	大人 12歳以上	子供 2歳以上12歳未満	幼児 2歳未満
05/01~05/03		¥122,740円	¥95,320円	¥11,685円
05/04~05/05		¥72,540円	¥57,720円	¥6,665円
05/06~06/14		¥63,140円	¥50,620円	¥5,725円
06/15~07/12		¥65,140円	¥52,620円	¥5,725円
07/13~08/08		¥74,540円	¥59,720円	¥6,665円
08/09~08/16		¥124,740円	¥97,320円	¥11,685円
08/17~08/31		¥74,540円	¥59,720円	¥6,665円

(注)帰国日が5月5日・6日、7月16日の場合には、上記料金とは異なりますのでお問い合わせ下さい。

- ①上記料金は平成24年4月現在の当社提携旅行会社によるものです。
- ②航空会社の諸事情により料金を予期なく変動する場合がございますので、予めご了承下さい。また、航空代金はご出発日の年齢となります。
- ③予約完了後、搭乗チケットの発券手続きを順次開始致します。尚、発券以降のキャンセルは手数料として出発日前々日までが¥25,000円、前日・当日は¥30,000円(無連絡の場合全額)が発生します事をご了承下さい。
- ④関西空港、中部国際空港など他の空港をご利用の場合は別途お問合せ下さい。
- ⑤海外旅行が初めての方でも安心してご参加できます。ご質問等がございましたらお気軽にご連絡下さい。

旅行担当:小田

### <編集後記>

日本からわずか4時間でワールドビッグフォー究極のリゾートへ!1年を通して温暖な気候に包まれるセブ。心地良い環境はいつでも気軽に、また何度でも楽しめる素晴らしい南国のオアシス。今セブ島は、色彩豊かな南国の花々が咲き乱れる最高のシーズンになります。マリンスポーツ・島巡り等は勿論、華やかな景観にも包まれるこの機会に是非、新たな発見の数々、醍醐味を思う存分にご満喫下さい。 編集担当 伊藤博之

### ◆お問い合わせ◆

**ワールドビッグフォー 本部事務局**  
 〒113-0034 東京都文京区湯島3-35-10 渡辺ビル  
 TEL:03(5817)0701 FAX:03(5817)0702  
 URL <http://www.wb4.jp/> 編集担当:関・伊藤

会報  
平成24年5月号



ワールドビッグフォーリゾート  
~こころ癒し からだ安らぐ 究極のリゾート~



雄大なる大自然を満喫! 珊瑚礁の島カモテスリゾート

## ごあいさつ

雄大なる大海原が持て成す珊瑚礁の島カモテスリゾート。

浜辺では爽やかなマイナスイオンの海風が通り、テラスから望む

素晴らしい景観は、リラックス効果により豊かな心を育み、免疫力の強化と

自然治癒力の向上、そして元気溢れる健康づくりに役立ちます。

豊富で心地良い自然環境は笑顔を生み、溢れる笑顔が至上なる幸福へと導くのです。

大自然の恩恵は心の栄養!是非皆様も人生観が変わる素晴らしい体験をご堪能下さい。

ワールドビッグフォーでは大自然との共生をテーマに、笑顔が絶えない最高の思い出づくり

日本では味わう事の出来ないアットホームなリゾートライフをお届け致します。

日頃より会員の皆様からセブ体験談の御寄稿、誠にありがとうございます。

皆様の更なるお越しを心よりお待ちしております。

会長 <sup>ナメカタ</sup> 行方 <sup>エイジ</sup> 栄治

## あっという間の10日間でした

会員歴1年3ヵ月 倉田さん



ゆったりと時を忘れさせる空間は想像以上、この上ない開放感!改めてワールドビッグフォーの素晴らしさを肌で感じていただきました。



異国セブ・リゾートの魅力、醍醐味を存分に味わい、改めてワールドビッグフォーの素晴らしさを肌で感じていただきました。一人での渡航に不安でしたが、夜セブの飛行場でガイドさんに明るく迎えられ、またドライバーやメイドさんの方々の温かさに、初めての体験もすぐ気持ちが解きほぐれました。天候や周囲の皆さんに恵まれ、バディアンゴルフリゾートでゴルフとカワサン滝見学、パンダノン島では爆笑のバーベキュー、ボホール島ではロボク川クルーズにターシャ(メガネザル)との対面、そしてチョコレートヒルへ。セブ・マクタン周辺ではリゾート施設の見学やマリンスポーツ、楽しい飲食、市内観光、スパ・・・。極めつけはカモテスリゾート!見たことがない透明な海。はるか水平線を望む展望。身も心も安らぐ静かな海。自然に委ね、まだこれからの可能性に夢、期待もふくらむ世界でした。温暖な気候に温かい海。きらめく太陽のもと、明るく陽気な人々に囲まれて、ゆったりと時を忘れさせる空間は想像以上で、この上ない開放感へと導かれました。さらにまだ知られざる未来を切り開いてくれそうなワールドビッグフォー。こんな素晴らしい機会を提供していただいた行方会長はじめ会社、会員の皆さん、また家族にも感謝の気持ちでいっぱいです。大変ありがとうございました。また今後多くの方々にもこの自然の恵み、新しい出会い、若返る感覚に触れていただきたいと、胸が膨らむ思いです。



あっという間の10日間、極めつけはカモテスリゾート!自然に委ね、まだこれからの可能性に夢、期待もふくらむ世界でした

## 久しぶりの海外旅行

会員歴1年5ヵ月 上原さん



又の再会を期待しています!ボホール島観光では、島の生い立ちを学び、農林業など人々の生活を伺う事が出来ました



妻と2人、セブの旅を楽しんで来ました。登山を趣味としていた私達は、海にはあまり興味なく、ゆったりと過ごすつもりで行きましたが、そこは新天地!シーウォーカー、パラセーリングと楽しみ、今までに無い感動を覚え、次は島巡りへと意欲が湧き、白砂のパンダノン島では砂浜を散策したりバーベキューを頂き楽しく過ごしました。ボホール島では、島の生い立ちを学び、農林業など人々の生活を伺う事が出来ました。果物はどれも熟していて、日本では味わえない南国の味だと思えます。全てスタッフの皆様のお世話のおかげです。本当に有り難く思います。又の再会を期待しています。



久しぶりの海外旅行、妻と2人、セブの旅を楽しんで来ました!シーウォーカーやパラセーリング、島巡り等楽しく過ごしました

## 二度目のセブは童心にかえる八日間でした!

会員歴4年 西川さん



二度目のセブも大満足旅行!島巡りやビーチのお散歩、シーウォーカーなど、盛りだくさんのスケジュールで本当に楽しく過ごしました

今年二回目のセブ旅行は、元シェアーメイトの友人二人とそのお母さん、友人のお友達ご夫妻、近所に住む友人のお兄さん、七人で行って来ました。現地につくまでは、それぞれを知らない人もいて、かなり緊張もしましたが、着いてみると通訳のシャロンさん始めスタッフの方々のお陰で何一つ問題もなく本当に楽しい毎日を過ごす事が出来ました!今回はほとんどお天気に恵まれ、クルージングで島巡りやビーチのお散歩、シーウォーカーなど、これまで経験した事のない盛りだくさんのスケジュールで本当に楽しく、私は勿論みんなも子供にかえたように、のびのびと手足をのばせ大満足でした!ワールドビッグフォーは一人から大人数でも楽しめるのが素晴らしいですね!次回も素敵な友人沢山誘って過ごしたいです!通訳のシャロンさん、いつもお父さんの手を取って歩いてくださって感謝の気持ちでいっぱいです。ドライバーのアーネルさんもとても楽しく場を盛り上げてくれました。可愛いメイドさん達もみんな優しくて明るくて心とみます。本当にありがとうございました。



次回も素敵な友人沢山誘って過ごしたいです!私は勿論みんなも子供にかえたように、のびのびと手足をのばせた八日間の旅でした



## はじめてのセブ島

会員歴1年3ヵ月 古川さん



市内観光、島巡りなどでは普段の旅行では決してできないことばかり!魚やいくつもの種類のウニやヒトデと触れ合い本当に楽しかったです

私は看護師をしており、休みは皆と同じにはなかなか取れず、GWやお盆、お正月を外し海外旅行を良くしておりました。そんな時、母親に「一緒にセブ島に行こうよ!」と誘われ、友達など合わせて7人でセブ島に行くことになりました。私はリゾートに行くより、世界遺産を見たりすることが好きでしたが、行ってみて大変満足な旅でした。綺麗な海や空、おいしい食べ物などたくさんものに出会いました。また、市内観光、島巡りなどでは普段の旅行では決してできないことばかりでした。船に乗りたどり着いた島は、日本ではなかなか見る事の出来ない透き通る色の海でした。私は思わず海の中に入り、魚やいくつもの種類のウニやヒトデと触れ合い本当に楽しかったです。私も母も一番印象に残っているのが、水深5mの海底を歩くというシーウォーカーでした。はじめは「そんなものが母にも一緒にできるのか」という心配でしたが、一緒についていただいたインストラクターの方が「85歳の方もやっておられますよ!」という大変励まされる言葉でした。海の中では数えきれない綺麗な魚たちが私たちを迎えてくれました。そんな楽しかった1週間のセブ島旅行はあっという間に過ぎてしまいました。色々お世話していただいた皆様に感謝しています。



私も母も一番印象に残っているのが、水深5mの海底を歩くというシーウォーカー!楽しかった1週間のセブ島旅行はあっという間でした



## 初めての海外旅行はセブ島!

会員歴1年2ヵ月 三上さん



初めての海外旅行はワクワクセブ島! ボホール島観光に感動のシーウーカー、みんなで踊ったパーティーも本当に楽しく大満足でした



12月7日～14日、生まれて初めての海外旅行に行きました。セブ島はどんな所だろうかワクワクとした気持ちで向かいました。ボホール島のまあるいチョコレートヒル、メガネザルも名前は知っていたけど目の前で間近に見たのはとても新鮮だった!みんなで踊ったパーティーも本当に楽しく食べ物もとてもおいしくて大満足でした。特に生まれて初めてのシーウーカーはどうなることかと思いましたが、海の中を自由に歩け、色とりどりの魚たちを目の前にとっても感動し興奮しました!念願の射撃はショックの少ない物を選びましたが、何と15発中6発、的に当たりました!次回は是非もう少し重いのに挑戦しようと思いました。若い頃、警察官に憧れていたの、的をもらってかえり、とてもよい記念になりました。スタッフの方達がとても親切にしてくれたので、気持ちよく楽しく過ごせました!またチャンスがあれば必ず行きたいと考えています。とても楽しい旅と思い出をありがとうございました。



念願の射撃に大感激、とても楽しい旅と思い出をありがとうございました! またチャンスがあれば必ず行きたいと考えています

## セブ癒しの旅

会員歴9ヵ月 徳間さん



セブ癒しの旅、気候、自然を満喫できました! セブ市内観光や夜景観賞、島巡りにショッピング等、どれもこれも素晴らしかったです

海外旅行が大好きで、今まで欧米・アジアいろいろな国々を旅してきましたが、セブは今回初めて。正月休みに大雪の新潟から逃げるように暖かいセブに5日間滞在しました。天気予報では5日間とも雨でしたが、普段日々のおこないが良いせいか(笑)1日目以外は全て晴れ男になりました。おかげでセブの気候、自然を満喫できました。セブに行く以前は治安を心配しましたが、街を歩いても全然問題なかったし、逢う人みんな親切で笑顔で接してくれるので、フィリピンの印象も行く前とはずいぶん変わりました。5日間で体験したセブ市内観光、夜景観賞、カジノ、船での島巡りとバーベキュー、ショッピング、食事、ビーチやプール等のリゾート施設、どれもこれも素晴らしかったです。特にメイドさんが作ってくれた朝食やマンゴやカラマンシージュースが美味しかったし、オイルマッサージも安くて気持ちよかったです。マンゴが毎日食べれるのは嬉しいですね。連日夜遅くまでお世話になったガイドさん、メイドさん達のおかげで本当に心に残る滞在になりました。帰る時もリゾートから離れたなくて、ずっと滞在していたかったくらいです。再び近いうちに行きたいと思うので、その時はまたよろしく願いいたします。本当にありがとうございました。



本当に心に残る滞在になりました! マンゴやカラマンシージュースが美味しかったし、オイルマッサージも安くて気持ちよかったです



## セブ島によせて

会員歴1年8ヵ月 北田さん



チョコレートヒルの眺めも珍しいものでした! ボホール島ではロボク川をクルーズしながらの食事、ターシャも写真に収めました



朝目覚めるとテラスの向こうにキラキラと美しい海が広がって、南国特有の樹木が並んでいた。「わあ〜とうとう来たんだ!」昨日ワクワクしながら4人で新宿から成田エクスプレスに乗ったんだ! 今日から始まりだ! おいしいマンゴや新鮮なマンゴジュース付きの朝食を4人でニコニコと頂き、パンダノン島へ! 楽しいバーベキューの昼食の後、南国情緒あふれる砂浜で皆で踊って楽しんだ。久々に童心にかえり楽しい一時だった。次の日はボホール島へ、ロボク川をクルーズしながらの食事、何箇所かの岸边では華麗な少女達のダンスが雰囲気を盛り上げていた。初めて見る小さな猿ターシャ、昼間は寝ているとの事だが、近づいて写真に収めた。おじやました!(笑)チョコレートヒルの眺めも珍しいものでした。シューマートやアヤラデパートに買物に行ったこと、4人仲良く連れ立ってあちこち見学したこと等々、走馬灯のように蘇ってきて感謝のこのごろです。



パンダノン島では久々に童心にかえり楽しい一時! 南国情緒あふれる砂浜で皆で踊り、バーベキューも最高でした

## 感謝感謝のセブ旅行

会員歴1年5ヵ月 町田さん



感謝感謝のセブ旅行、感謝の言葉でいっぱい! 会社の理念がしっかりしていて老後我々にとって素晴らしい会社だと感じています

私にこんな素晴らしい会社を教えてくださいました染矢さんに感謝感謝の言葉でいっぱいです。月に一度、埼玉県の勉強会で古寺理事からワールドビッグフォーの話を聞かせていただいております。このワールドビッグフォーに入会したのも平成22年12月で最初は半信半疑でしたが現在では落ち着きましてセブ島に旅行に行かさせていただきました。素晴らしい大自然に恵まれたコーラルポイントリゾートではメイドさんから心温まる出迎えを受け、最高のセブ滞在を満喫させていただきました。またウェルカムパーティーを開いていただき嬉しく、楽しく最高の盛り上がりで本当に感激しました。会社の理念がしっかりしていて老後我々にとって素晴らしい会社だと感じています。事務の処理が早い事にも感心しております。ワールドビッグフォーの会社が益々の御発展を祈って筆をおきます。ありがとうございました。



最高のセブ滞在を満喫! ウェルカムパーティーを開いていただき嬉しく、楽しく最高の盛り上がりで本当に感激しました



## 叶った海中散歩

会員歴4年1ヵ月 伊藤さん



ボホール島ではホーキに乗ったり楽しい一日でした!素晴らしい環境は心が癒され思い切り楽しむ事が出来、心に残る旅になりました



11月1日から8日間、女性4人でのセブ旅行です。日本も11月に入ったのに大変暖かく、軽装で出掛ける事が出来ました。二度目のセブ行きですが成田での手続き等が少し心配でした。飛行機に乗りセブ・マクタン空港に予定通り到着出来、お迎えのガイドさんを見つけた時は心配も吹き飛びました。到着した夜のフィリピン料理は、とてもおいしく頂きました。ゆっくり休み、次の日から疲れもなく市内見学やお買い物に出掛けました。カモテス島行きは波も静かで、途中イルカの群れに逢う事が出来楽しい船旅でした。心のこもった御馳走を頂き島内観光へ!車で洞窟行きです。入ると鍾乳洞、先に池が有り泳ぐ人がいてビックリしました。珊瑚の島なんだと感じました。前回出来なかったシーウォーカーで海底の熱帯魚と遊ぶ事が出来、夢の叶った一時でした。又パラセーリングも大空や風を感じ感動です。ボホール島ではロボク川クルーズやチョコレートヒルの不思議な世界で良い写真をとる思い、ホーキに乗ったり楽しい一日でした。青い海、心地良い潮風、優しい笑顔、素晴らしい環境に心が癒され、身も元気になり、思い切り楽しむ事が出来、心に残る旅になりました。それもわがままな我々にいつでも献身的に見守って下さった、ガイドさん、ドライバーさん、メイドさん達のお陰です。ありがとうございました。



前回出来なかったシーウォーカー、夢の叶った一時でした!海底の熱帯魚と遊ぶ事が出来感激、又パラセーリングも大空や風を感じ感動です

## 久しぶりのカモテス島

会員歴12年10ヵ月 池上さん



スタッフの皆さんに心より感謝!いつも安心して私達がリフレッシュ出来る様に見守って下さる現地スタッフ佐藤さんと...

セブの海は青くエメラルドに輝き、鏡の様な海面に白い雲が地平線と一体と成り、その間をカモテス島に向かう船は、夢を乗せて2時間半、降り注ぐ太陽から元気を頂き、エメラルドの海からの風、香りは、皆の心を幸せにさせてくれます。何年か前に訪れた時には、浅瀬の階段の上に植えられていた「まだ私達の背丈と同じ位のヤシの木」が、もうこんなに大きく成り、たわわに黄色い美味しそうなお実を付けて私達を待っていてくれました。プールで海で存分泳ぎ、昼には大きなカツオ、イカ等のバーベキューを頂き、帰りの船では、イルカに会うこともできました。コーラルポイントリゾートでは、メイドさんに会報を見せてあげました。皆さん喜んで指をさしながら「あの、此の人」と懐かしそうに会報を見つめている姿が印象に残りました。又、昼食に日本よりソーメンを沢山持っていき、メイドさんと一緒に食べましたが「美味しい、美味しい」と皆が「ソーメンパーティーだ」と大変喜んで食べてくれたのも、思い出に残りました。さよならパーティーのとき、松本の皆さんが持参した「きよしのズンドコ節」のCDでメイドさんを含め、全員で踊ったのも思い出の一つとなりました。今回は、久しぶりに行ったカモテス島の美しいグリーンの芝と、手の届くところで実る果実と接することができたのも、大きな感動でした。いつも、いつも、私達を見守り、サポートして下さる、東京事務所のスタッフの皆さん、セブの皆さんに心より感謝致します。



スタッフの皆さんに心より感謝致します!メイドさんは会報を見ながら懐かしそうにゲストの名前を覚えておられました



## 大満足!初めてのセブ旅行

会員歴2年4ヵ月 椎塚さん



今度は8人家族で行きたいと話合っています!市内観光やマッサージ、島巡りに食事等楽しい思い出を作る事ができました



初めての海外旅行、知り合いの方がセブ旅行に行き「コーラルポイントリゾートの部屋が豪華、美しい空気、毎朝のマンゴジュースが本当においしい、満喫した」と聞き「一度セブに行ってみよう!」と考えスケジュールを作りました。朝自宅を8時に出てセブ・マクタン空港には夕方に着いて、ガイドさんと運転手さんのお迎えで早速市内観光とフィリピン料理を楽しみ、コーラルポイントリゾートに到着!メイドさんに迎えられ部屋に案内され「宮殿の様だ!」と驚きの声をあげ、しばらく見惚れてしまいました。目の前の海、180度雄大な海の景観を眺め満足な気分時間に過ぎ一日の疲れを癒しました。翌日市内観光とボディマッサージ等体験し、豚肉とエビ、カニとフィリピン料理を良く食べ、ビールとマンゴジュースで乾杯をし幸福でした。又エメラルドグリーンの海を求めて水中メガネを使って、魚の群れと遊び楽しんだ後はバーベキューで満足をする。貝拾いも海のない県から来た私たちには優雅なひとときでした。チョコレートヒル、メガネ猿のターシャ、ロボク川でのランチ、ヤシの木の雄大さをカメラで撮りまくる思い出を作ることができました。来年も、又セブに今度は8人家族で行きたいと話合っています。良かった!!



宮殿の様なコーラルポイントリゾートからの景観に感動!180度雄大な海の景観を眺め満足な気分時間に過ぎ一日の疲れを癒しました

## 3回目のセブ旅行

会員歴7年5ヵ月 伊藤さん



船で小さな島へ渡りバーベキューを楽しみました!南国の海でのんびりと一日過ごし、又次の機会を楽しみにしています

11月20日に11名で成田を出発しました。今回で3回目です。地元の皆さんと今回一緒に来る事が出来ました。2回目の時に帰りのマクタン空港のレストランで朝食の時に私の前に座った方が色が黒くて現地の人かと思ったが、その人が話しかけてきて「どちらからですか?」と、聞かれたので「日本の長野県からです」と言うと「私も日本人で横浜です。セブに架かっているマクタン大橋第一、第二の橋は私が設計をして300億、250億で施工し造った橋で、今回は少し規模は小さいが、150億程度で第三の橋を造る計画で設計を終えて帰る所です」と話をしてくれました。其処で今回はどうなって居るか興味がありましたが、まだ施工されていませんでした。今後セブの発展の為に是非早く施工してほしいと思っています。2日目、3日目は波が荒くて船が出ず、ボホール島、カモテス島などに行けず、2日目は買物やマッサージ、市内観光、展望台へ上がり、真っ赤な夕日を見て、セブの町の夜景を望む、3日目は、男性群は船で釣りに出て、女性群は買物や観光に出て、別行動をする。4日目は船で小さな島へ渡りバーベキューを楽しみ、夜はお別れパーティーをして頂き楽しく過ごしました。コーラルポイントリゾートのスタッフの皆さん本当にお世話になりました。ありがとうございました。



メイドの皆さんありがとう!3回目の楽しいセブ旅行はあっという間の5日間、又会う日まで



# 初めてのセブ旅行

会員歴 2年2ヵ月 藤沢さん



スタッフの優しさ、心遣いに「有難う有難う」と涙が出ました！パンダノン島では、「これこそセブの海！」と感動、元気を頂き、楽しい一時でした



春からのイチゴの植え付け、秋の出荷も慌ただしく終え、旅行の準備、夢のセブ海外旅行です。現地の様子は聴いておりましたが、人々が朝早くから夜遅くまで、皆楽しそうにのんびりと働き、生活を楽しんで居るように見えました。子供の多さにも驚き、これからのこの国のエネルギーを感じました。3日目、ようやく海の波も静かに成り、パンダノン島へバンカーボートで出発！島はホントに絵のごとく、エメラルド色の海に囲まれ、白い砂浜とマッチし「これこそセブの海！」と感動しました。海水に足を入れ、貝を拾いながら海の香りを爽やかな風から受け、元気を頂き、美味しいバーベキューを頂き、流しの御兄さんの歌声に合わせて大合唱、楽しい一時でした。帰りは波が高く、陸へ上がる時、一枚の幅の狭い板の上、私をしっかり支えてくれサポートして下さいました時、その優しさ、心遣いに「有難う有難う」と涙が出ました。フィリピン料理から、日本料理が恋しくなった時「神楽」と言う日本料理のレストランに案内され、料理の美味しさに感激し、此処のオーナーさんが私達地元の出身と聞き、またまた感激！此の次も又行きたいお店です。さよならパーティーでは、スタッフの皆さん共々、心一つに成り、又感動の夜でした。そして、上田市から私達の地域にワールドビッグフォーを伝えて下さった宮坂さんがスタッフの皆さんへ、英語での御礼のスピーチにスタッフの皆さん嬉しそうに聞いて居てくれました。これも感動でした。等々、夢が実現しました。遠い私達の所まで説明に来て下さった関理事様、本当に有難うございました。私の作ったイチゴを美味しく食べて下さったセブの皆さんに、次回も届けられる様、頑張っって又秋には行きたいです。細やかな所まで手配をして下さったワールドビッグフォーの皆さん、セブの皆さん、心より感謝しております。有難うございました。



夢が実現、初めてのセブ旅行は感動感激の連続！私の作ったイチゴを次回も届けられる様、頑張っって又秋には行きたいです

# 記念すべき10回目の海外旅行が初セブ旅行

会員歴 1年7ヵ月 松林さん



楽しくてあっという間の6日間、セブが大好きになりました！今回は86歳になる母を是非セブに連れて行きたいと思ひます

私にとって記念すべき10回目の海外旅行が、今回の5泊6日の初セブ旅行でした。会報誌で見た通りの豪華な部屋と、ベランダからの海の眺めは「究極のリゾート」でした。海を見ているだけで幸せな気分になる事が出来、日々の忙しさから解放されて、ゆったりとした時間を過ごす事が出来て、別世界に来た様でした。朝、太陽が地平線から昇る様子を見て感激！毎朝早起きをして太陽の昇るのを待ちました。朝食の前に、海で貝拾いをしたり、プールでひと泳ぎ、シンクロの真似等して大いに楽しみました。2日目はショッピング。3日目は心地良い風に吹かれながらの船旅、カモテスへ。4日目はドキドキのシーウォーカーの体験とエステ、夕食後はニューハーフショーと楽しみました。夜はオイルマッサージを受けながら心地良い眠りに就き、至福の時を過ごしました。サヨナラパーティーでは、メイドさんやニューハーフに扮したドライバーのベルナルドと踊りまくり、大いに盛り上がりました。楽しくてあっという間の6日間でしたが、セブが大好きになりました。何から何迄、面倒を見て頂いた池上さん御夫婦と、小林さんのお陰で「何の不安も心配もなく」楽しいひとときを過ごす事が出来て感謝しております。有難うございました。今回は86歳になる母を是非セブに連れて行きたいと思ひます。



初セブ旅行でドキドキのシーウォーカー体験！海を見ているだけで幸せな気分になる至福のひととき、別世界に来た様でした



# 満足度No.1セブ

会員歴 11年3ヵ月 小林さん



やっと来ましたバディアンゴルフリゾートへ！これぞワールドビッグフォーの施設全部の素晴らしい安堵の体感！



今回のセブ島行きの目的はバディアンゴルフリゾートへ行く事、そしてしばらくぶりにカモテス島へ、そしてプールで毎日泳ぐ事。そんな楽しみをいっぱい抱いて5泊6日、松本の友人他10名の旅でした。カモテス島のオレンジ色の屋根、すっかりモダンになっています。少しスマートになったジョーさんがニコリ出迎えて下さいます。黄色に熟れた大きなパイナップル「こんな木ここにあったっけ」と姉とビックリ！早速海で現地の子供達と泳ぐ人、ジブニーで島巡りする人。やしの実のココナッツは、わさび醤油で美味。そして翌日はセブ島の反対に位置するバディアンゴルフリゾートへ。途中、葬式に逢い、棺を乗せた車の後を子供からお年寄りまで、それはなが～い行列。しかも道路の真中を歩いています。3時間以上かけてバディアンゴルフリゾートへ、パンフレット通りの施設と海に突き出た防波堤に飛び出して「やっと来た！」と感激。昨日はお祭りでお客様もありスタッフがお掃除している所で一部屋を見せて下さいました。ビーバーを使って草刈りしています。山のすそ野にはバナナ園、マンゴの木がいっぱい。畑は耕されトウモロコシが育っています。よく肥えた牛がのんびり草を食べています。セブの町とは違い緑いっぱいの静かな風景が広がっています。「行方会長さんは、こんな遠い所まで手を広げて」と感心しました。毎朝日を拝み、プールで泳ぎ、至れり尽くせりの一日をいっぱい楽しんだセブ旅行、また行った事のない人は、是非セブ島に行ってストレス解消して心のオアシスにして欲しいと思ひます。



満足度No.1セブ5泊6日の旅！吸い込まれそうな青い海と青い空、平和そのもののセブは心のオアシスです

# 2回目のセブ旅行

会員歴 3年10ヵ月 小澤さん



夜のさよならパーティーで「きよしのズンドコ節」を踊っています！メンバー1人の誕生パーティーも兼ね、終始とても楽しい一時でした

待望の2回目のセブ旅行がやっと実現！今回は、10月20日～25日の6日間です。早朝に松本を出発し、セブのマクタン空港に到着すると、信州の秋の陽気とは違い、蒸し暑く感じ「セブに来たな～」と感じました。2日目は、市内観光と買い物に出掛け、お土産のドライマンゴを沢山買い込みました。3日目は、カモテスリゾートへ船で行きました。帰る途中では、イルカがジャンプをして歓迎してくれました。(残念ながら写真を撮ることが出来ませんでした)ヤシの実ジュースも美味しかったです。ココナッツを割って食べる果肉は特に美味しかったです。夕方からはオカマショーを見に行きましたが、「美女にうっとり？」ただビックリするだけでした。4日目は、バディアンゴルフリゾートへ車で行きました。途中お祭りと葬儀の人の列に行き合いました。カワサン滝を見に行く予定でしたが、あいにくのスコールで断念、今回は是非1泊で来たいと思ひます。5日目は、少しゆっくりしたいということで、デパートで買い物をして、早めに帰りました。さよならパーティーでは、メンバー1人の誕生パーティーも兼ね、バースデーケーキも用意され終始とてもにぎやかで非常に楽しい一時でした。また、メンバーが日本から持参したテーブルで「きよしのズンドコ節」の踊りも皆で踊り、とても和やかでした。以上とても楽しい6日間をありがとうございました。お世話になった現地のスタッフ、又同行していただいた、池上夫妻と小林さん本当にありがとうございました。又、セブへ皆で行こうネ。



皆で夕食の中華バイキングを食べています！待望の2回目のセブ旅行が実現、楽しい6日間をありがとうございました



# 「セブ島リハビリ(介護)日記JWBホテル」へようこそ!



「セブ島リハビリ(介護)日記JWBホテル」が平成22年1月12日よりスタート!  
 JWBホテルウェブサイト (<http://www.jwbhotel.jp>) にて  
 インターネットをご利用の方はJWBホテルホームページへアクセス  
 「セブ島リハビリ(介護)日記」をクリックしますとご覧頂けます。

平成24年1月26日 木曜日

## 兄弟愛

こんにちは、ジョナミーです。  
 先週Aさんの弟さんが、セブにいらっしゃいました。久しぶりに、ご家族に会うAさんは、とても嬉しそうです。最近、あまり天気が良くなかったセブですが、この日はすごく良い天気になりました。



弟さんといっしょに、いつもリハビリをするプールサイドで記念撮影。  
 少しビーチサイドを散歩しながら、いろいろ、お話をしました。日本は今、とても寒くてセブにきたら暖かいので、身体がほっとした話とか日本からAさんのために持ってきた薬が、とても良く効く話とか、兄弟で、久しぶりの会話が弾みます。



Aさんの食事にふりかけて、食べてもらっていました。  
 また、弟さんは私にAさんの身体の様子や、リハビリのことを細かく質問されます。私も、ずっとAさんのお世話をさせていた代わりですが、お二人を見ていると、家族の愛情、兄弟愛は素晴らしいなと、感じました。兄弟愛に触れて、私もAさんのお世話を、今まで以上に一生懸命がんばろうと、あらためて思いました。

平成24年2月2日 木曜日

## ストレッチ



こんにちは、ジョナミーです。  
 Aさんの毎日の日課に、ストレッチの時間があります。マッサージと違い、固くなった関節をほぐし、可動域を広げることを目的としますので、最初は少し痛みを感じる時もあります。しかし、関節の柔軟性が低下すると、筋肉の伸縮性が乏しくなり、骨との付着部分や腱の炎症がおこりやすくなりますので、肩こりや筋肉痛を防ぐためには、大切な運動です。麻痺している腕も、以前は真上にならなかつたが、今ではほとんどどまっすぐに上げることができるようになりました。そして、最初の頃よりもずっと痛みも少なくなり、今では「伸ばすと気持ち良い」といってくださいます。足のほうも、同じように曲げたり伸ばしたり関節を動かします。同じ動きを、8回繰り返します。

部分や腱の炎症がおこりやすくなりますので、肩こりや筋肉痛を防ぐためには、大切な運動です。麻痺している腕も、以前は真上にならなかつたが、今ではほとんどどまっすぐに上げることができるようになりました。そして、最初の頃よりもずっと痛みも少なくなり、今では「伸ばすと気持ち良い」といってくださいます。足のほうも、同じように曲げたり伸ばしたり関節を動かします。同じ動きを、8回繰り返します。

毎日しっかりとストレッチ運動を続けることで、リハビリ運動のときの怪我や、筋肉痛を防ぐことができます。また、少しずつでも動かせる範囲が広がっていくのを感じると、お世話をする私もうれしくなります。  
 本当に、毎日の繰り返しが大切なんだな、と思います。

平成24年2月5日 日曜日

## セブの良さ



先日、Yさん夫妻が体験入居でいらっしゃいました。Yさんは、セブに来るのは初めてですが、30年前にインドネシアのジャカルタに住んでいたことがあり、最近、タイのチェンマイにもよく行かれる、海外旅行のベテランの方です。今回の目的は、移住先としてセブの良いところ、悪いところを自分の目で確認することでした。そんなYさん夫妻に、セブの第一印象を伺うと、今まで行ったところは大都市が多かったが、JWBホテルは、きれいな海が目前にあり、眺めがよく気持ちの良い風が健康に良さそうだ。と答えてくれました。第一印象はとても良かったようです。

ご滞在中は、毎日のようにお二人だけで、外出されていました。行き先は、ショッピングモールやマーケットでしたが、一度、ご案内した場所に、二回目はご自分でジープニーに乗ったり、歩いていかれたそうです。大丈夫ですか?と聞くと「全部自分でいけるようにならないと、安心できないから」とおっしゃるYさん。やはり海外で生活されていた経験からでしょうか、とても活動的な方でした。また、セブの気候を大変気に入られたようでした。日本では、空気が乾燥する季節は、身体がかゆくなるYさんですが、セブに来たら2日目からかゆさが無くなったそうです。「楽になった」とおっしゃっていました。セブの温暖な気候を気に入ったYさんですが、最低でも5回は来ないかとセブに住むか決めることはできない、とおっしゃいます。次回もぜひ、JWBホテルをご利用ください。スタッフ一同、心からお待ち申し上げます。



平成24年2月15日 水曜日

## バレンタイン・デー



こんにちは、ジョナミーです。  
 昨日、2月14日は、バレンタインデーでした。日本では女性が男性にチョコレートをあげるようですが、フィリピンでは女性が花束や、プレゼントをもらった方が一般的です。この日、Aさんとスタッフに感謝の気持ちとしてケーキのプレゼントがありました。すてきなプレゼントに、スタッフは大喜びです。私たちスタッフも、優しいAさんが大好きです。記念写真のあと、ケーキをカットしてスタッフ全員で、美味しくいただきました。Aさん、ありがとうございます。これからも、スタッフ一同、一生懸命お世話させていただきます。



平成24年2月20日 月曜日

## Sさんの体験入居



2月11日~17日の間、滋賀県からSさんが体験入居いたしました。Sさんは、今回セブにいらっしゃる前に、同じフィリピン国内の候補地を2ヶ所見学されてから、おいでになりました。セブの第一印象は、「田舎」だそうです。悪い意味ではなく、都会の喧騒が無く、静かです。Sさんのご滞在中、セブはあまり天気が良い日がありませんでしたので、ちょっと心配でしたが、セブの一番良いところは、きれいな海がそばにあることだと、言っていました。Sさんがリタイアメント生活をする場所で大事と考え、いつもチェックするのが環境、施設、サービスの3ポイントだそうです。JWBホテルは、介護の専門施設ではないが、その3ポイントがバランスよく、平均しているのが良いとのことでした。今回は、食べ物少し口に合わないところがあったようですが、レストランスタッフのフレンドリーなところは、ロングステイをする人間には、すごく良い点だとほめていただきました。タイ、マレーシア、そしてフィリピンと各国を周っていらっしゃるSさん。ご自身のこだわりを、とても大切になさっている方でした。Sさんのアドバイスをしっかり生かして、より良いサービスができるようにスタッフ一同がんばります。ぜひもう一度、おいでください。



平成24年3月9日 金曜日

## スッキリしました



こんにちは、ジョナミーです。  
 Aさんが寒い日本から、暖かいセブにいられて、もう数ヶ月が過ぎようとしています。最近のセブは、雨季から乾季へ変わる季節で、風が強く少し不安定な日が続いています。毎日リハビリを続けているAさんの髪の毛も、だいぶ伸びてきました。今日は季節の変わり目にあわせて、すっきりと、カットすることにしました。JWBホテルの近くにある床屋さんに、髪をきってもらいにいきます。約40分後、スッキリしてホテルに戻りました。髪を短く切ただけですが、以前と比べて、すごく健康そうに見えますね。お天気も、セブらしいスッキリした天気になりました。



平成24年3月31日 土曜日

## 眺めの良いレストラン



こんにちは、ジョナミーです。  
 Aさんは、毎日ホテルのレストランで食事をされます。レストランはビーチサイドにあり、すぐ目の前がサンゴ礁の海です。天気が良い日は、ビーチに近い場所で海を眺めながらゆっくりとお昼ごはんをいただきます。

# 爽やかな大自然の恩恵は元気の源、心までも豊かに! 笑顔溢れるシルバーライフはJWBホテル・バディアンゴルフリゾートで! 老後はリゾートホテル三昧で楽しもう。体験入居は随時募集中です!



JWBホテル

皆様のプラン、ご要望に合わせていつでもご案内致します。資料請求、詳細につきましては各担当の営業スタッフ、又は当社までお気軽にお問い合わせ下さい。

JWBホテル  検索

URL <http://www.jwbhotel.jp> TEL 03(5817)0705



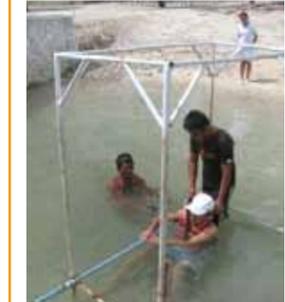
バディアンゴルフリゾート

良い眺めと、美味しい食事で、午後からのリハビリ運動のエネルギーを確保します。毎日変わる景色を見ながら食事をするのも、気分転換の役に立っていると思います。さあ、Aさん午後からは、しっかりとリハビリ運動をがんばりましょうね。



平成24年4月1日 日曜日

## タラソテラピー



こんにちは、ジョナミーです。  
 最近セブは良い天気が続いています。今日はいつもAさんがプールでリハビリする時間が、ちょうど満潮時間と重なり、海もきれいなので、海でリハビリすることにしました。セブの海は、プールよりも水温は高めで、リラックスするのが主な目的です。タラソテラピーと呼ばれる、昔からの自然療法で、海外でも温泉の湯治と同じような雰囲気で行われています。

海でのリハビリは、自律神経のバランスを整えることにも役立つと言われ天気の良いときは積極的に、海に入るようにしています。Aさんも海が大好きで、プールでのリハビリと違って、リラックスできるののリハビリ運動後の表情が穏やかです。Aさんが楽しくリハビリできるように、明日も良い天気になりますように。



平成24年4月2日 月曜日

## 広がったビーチでゆっくりと



こんにちは、ジョナミーです。  
 今日はプールでリハビリ運動の後、広がったホテルプライベートビーチで、のんびりしました。リハビリ専門施設ではない、JWBホテルだからこそ、リゾート気分を味わいながらリラックスすることができます。

一生懸命リハビリ運動で、身体を動かした後は、ゆったりとリラックスする。肉体も心もメリハリをつけることが、毎日を楽しく生活するために大切なことだと思います。Aさんに、気持ちよくリハビリをしていただくために、何をしたら良いか、私たちスタッフは、いつも考えています。

