

# ITOHサービスマンたより



- ・ぼくらのサービスマン
- ・おいしいランチのご紹介
- ・なんでも通信
- ・OA機器の便利機能
- ・製品情報



## ぼくらのサービスマン

### 健康維持のためにしていること 編

いつもお世話になっております。

今回の『ぼくらのサービスマン』は、  
【日頃の健康維持のためにしていること。  
又は、これからチャレンジしてみたいことは、  
なんですか？】

と弊社サービスマン13名に望月サービスマンが質問してくれました。



長野市、戸隠、信州新町  
地区担当

長野支店 小林 修

健康のためには  
断然禁煙でしょう！！  
現在なんと禁煙に  
挑戦中です！！



20年以上の  
付き合いでしたから  
かなり難しいでしょうが・・・  
値上がりさえなければやめないのに～



長野市内地区担当

長野支店 高橋英男

去年、腰と膝を痛めてからサッカーをやる  
回数が激減してからというもの。体重も4,  
5kgくらい太ってしまったのでジョギングを  
はじめようと思っています。  
おなか回りにかなりの肉が  
ついてしまい相当ショックを  
うけているので早くなんとか  
しなければと思いながら  
も仕事疲れが～～(泣)



長野市南部、千曲市  
地区担当

長野支店 小出隆太

以前、ちょこっとやっていた【Wii Fit Plus】  
復活してみようかな？なんて思っておりま  
す。(嫁からの痩せる攻撃発動中のため)

体重管理もできますし、筋トレやヨガ、有酸  
素運動まで幅広くあるので続ければ効果  
がありそうなんですけど...  
いつからはじめようかな？



飯山、中野、須坂、  
信濃町地区担当

長野支店 原田 優

これからスノーボードの時期になるので寝  
る前に腕立て、腹筋、ダンベル運動して基  
礎体力をあげています。。あとは、ストレッチ  
ですね。

あと興味あるのは靴底が  
丸くなってるダイエットシ  
ューズです。



戸倉、坂城、上田市  
地区担当

上田支店 伊藤竜也

食事改善をしています。

以前は、油っこいもの中心でしたが、  
今は、野菜中心の食生活に変えました。  
変えてから半年以上経ち体型にも変化が  
現れてきました。



佐久、軽井沢地区担当  
上田支店 土屋 賢

健康維持のために・・・  
今のところは何もしておりません！

さすがにそろそろ何かしなくてはと  
思っていましたので、まずは散歩からはじ  
めてみます。



上小地区担当  
上田支店 伊藤康浩

私は健康維持のため、黒酢を飲んでます。  
疲労回復やダイエット効果もあるみたいで、  
最近ちょっと心配な痛風にも効果があるみた  
いです。  
あと運動不足なので、朝起きて軽いジョギン  
グ！  
に挑戦しようと思って早数年経過してしま  
いました。  
来年こそは・・・！！



松本、大北地区担当  
松本支店 田中信吾

健康のためではありませんが、趣味でフッ  
トサルで汗を流しています。  
仲間とボールを蹴って動き回ると、とても  
ストレス発散になります。

またその後のビール一杯がたまりません。  
だから痩せませんが、健康のためにも運  
動は続けたいと思っています。  
でも最近は練習不足なので、メタボ気味で  
す。(T-T)



木曾、松本、塩尻地区担当  
松本支店 森山喜重

健康の為というか、最近、ド忘れと、何をし  
ていたんだっけ????って感じる事が多くなっ  
たので、サントリー製ならぬ、マツモトキヨシ製  
のササミンを飲み始めました。

後、体力面でどの様に体力をつけるか思案  
中、オルニチンは、これで吸収しています。  
<http://www.nagatanien.co.jp/brand/shijimi70/>



松本、安曇地区担当  
松本支店 村上和幸

まあ、適度な運動ですかね。ジム通いも  
2年目に突入。ですが最近は、衰える  
スピードの方が速いような気が・・・。



松本、塩尻地区担当  
松本支店 饗場新治

健康維持には適度な運動だと思います。  
毎朝、走ったりしています。  
たまに縄跳びも。(笑)

あとは、喫煙をやめてから体力が戻ってき  
たと思います。

タバコは、体にいいことないですね。(笑)



上伊那、下伊那地区担当  
南信支店 望月一宏

家族からの再三指摘されていたメタボ解消と腰痛解消のために、朝の散歩と腹筋を始めました。

徐々に効果が表れていますが、目標達成にはまだ時間がかかりそうです。

この冬は、子供と一緒に来シーズンに向けての体力作りの練習に参加してみたいと思っています。

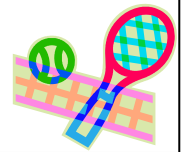


上伊那、諏訪地区担当  
南信支店 宮入輝晃

寒くなって今はお休み中ですが、ソフトテニスを週1回、土地家屋調査士の先生に教えていただいています。

猛烈に汗をかき、息切れは激しく、運動不足と日頃の不摂生を痛感します。

中学生の頃は、こんなじゃなかったのに。冬の間は、体力つけて、先生の相手が務まるようになりたいです。



### 饗場新治サービスマンの おいしいランチのご紹介



## 味噌ラーメン好きの私がうまいと思う [らーめん 流]

先月号に続き、ラーメンネタで申し訳ないです。  
国道19号線沿いに今年の5月オープンした  
[らーめん 流]というラーメン屋さんがあります。

私も最近まで、このラーメン屋さんのことを知りませんでした。(笑)

写真の味噌ラーメン<900円>を食べてみたところ、少ししょっぱいですが、濃くのあるスープがなんともいえず美味でした。

お店の方に聞いてみたところ、まだオープンしたてで、餃子などのサイドメニューはやってないとのこと。

ラーメンのみで勝負してるみたいですよ。



長野県松本市高宮北3-1  
定休日:木曜日  
営業時間11:30~14:00 18:00~22:00



耳のかけた猫の置物がある席に座ったらいいことあるかもです。

そんなことないですね。(笑)





## 伊藤竜也サービスマンの なんでも通信



浮揚地球儀 levitating globe

# 新しい地球儀

飛いでる~

まわるう



あっと驚く地球儀です。  
磁気力で空中に浮くのです。

バランスをとって、そっと地球儀を手離すと、少し「ゆらゆら」と揺れながら空中に浮いています。透明な細いゴム糸でブラ下がっているような感じです。この「ゆらゆら」がやがて回転に変わり、ゆっくりゆっくり回転します。

接触している部分がないために「ゆ〜〜くり」と「じわ〜と」回転します。そして、数時間は止まりません。息を吹きかけただけでも「じわ〜っ」と回転します。普通の地球儀では真似ができませんね。

このスローな時間は貴重です。ストレスに疲れたときはオフィスのデスクの端に置いた「浮遊する地球儀」を眺めながら脳みそをスローにしてみてください。

贈り物にすると、とてもインパクトの強いギフトになりますね。

### ● バランスの秘密

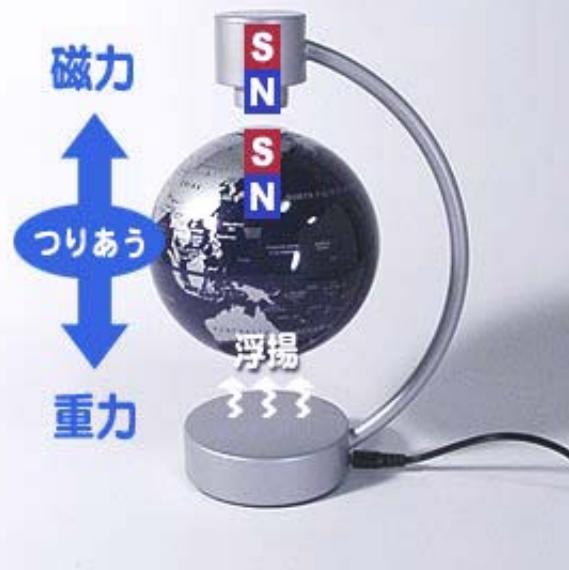
このバランスを保つには、秘密があるのです。アーム上部にあるセンサーからの信号を台座部分のマイクロコンピュータが読みとり、電磁石に絶妙なコントロールを行っています。だから、一度地球儀をセットすると、空中に固定されるのです。

### ● セットは簡単

付属の紙を使って、地球儀本体とアーム上部との距離を調節すると簡単にセットできます。慣れると紙はいりません。下方から地球儀を近づけると、グンと強く感じる位置があり、そこでそっと手を離すとぶらんとぶら下がるように固定されます。

### ● 電源OFFや衝撃に対して

いきなり電源をOFFにすると、地球儀は下の台に落ち、永久磁石で台にくっつきます。台やアームが強い衝撃を受けた場合、球はアーム上部に吸引されるか、下の台に落ちてくっつきます。地球儀の両極に永久磁石がセットされているからです。





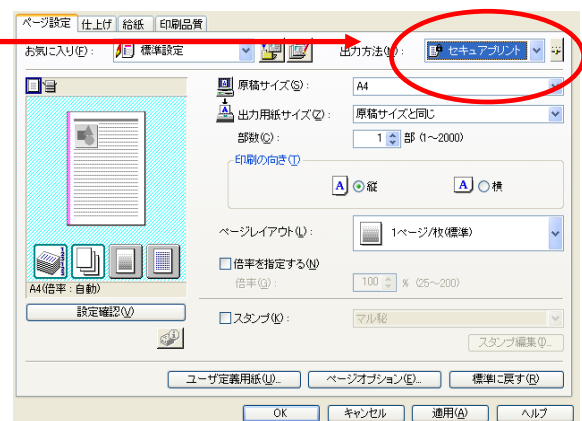
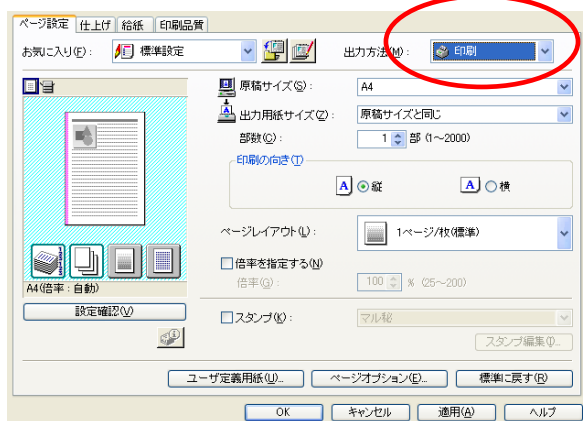
## 土屋 賢サービスマンの オフィス機器の便利機能



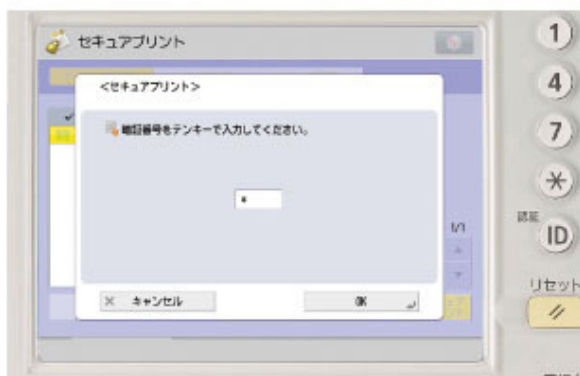
### セキュアプリント編

## 出力時の情報流出を抑止する「セキュアプリント」をご存知ですか？

印刷者以外に印刷物を見られる心配がなく、情報のセキュリティになります。



プリンタドライバから印刷指示をする際に、セキュアプリントを選択してユーザー名とパスワードを入力するとプリントデータを本体内で待機させることができます。



■ 「セキュアプリント」画面  
(imageRUNNER ADVANCE)



■ 「パスワード入力」画面  
(imageRUNNER)

待機した文書は本体パネルから選択してパスワードを入力することで初めてプリントアウトが開始される為、プリントの放置による情報流出を抑止でき、ドキュメントの機密を保護します。

キヤノン製プリンタドライバを利用する必要があります。

**機種等で操作の違いがありますので詳しくは  
担当サービスマンにご相談ください。**



小林 修サービスマンの  
製品情報



社長室に♪ 受付業務に♪ スモールオフィスに♪

Satera Canon

A4モノクロレーザー複合機

# 新製品発売記念 キャンペーン

期間中、対象の  
キヤノン新製品を  
購入すると **もれなく  
最大** **¥5,000** **キャッシュ  
バック**



MF4580dn



MF4550d



MF4410

キャッシュバック金額	対象商品	商品コード	特長	標準価格
	MF4580dn <span style="color: red;">おすすめ</span>	4509B063	両面対応ADF&両面印刷機能搭載のフラッグシップモデル。	オープン価格
	MF4570dn	4509B028	両面印刷機能搭載、ネットワーク対応モデル。	
	MF4550d	4509B064	両面印刷機能搭載、ファクスモデル。	
	MF4450	4509B029	スタンダードなファクスモデル。	
	MF4430	4509B065	ADF搭載、コピー、プリンター、スキャナのスタンダードモデル。	オープン価格
	MF4420n	4509B066	ネットワーク対応、コンパクトモデル。	
	MF4410	4509B030	コピー、プリンター、スキャナ搭載のコンパクトモデル。	

キャンペーン期間 2010 10/21(木) ▶ 2010 12/28(火) お申し込み締め切り 2011 1/12(水) 当日消印有効

キヤノンマーケティングジャパン認定  
AAA サービス店

京セラミタジャパン認定  
サービス店

エプソン販売認定  
サービス店



本 社	〒381-0024	長野市南長池498-1	TEL 026(221)4101	FAX 026(221)5313
長 野 支 店	〒381-0024	長野市南長池498-1	TEL 026(221)4300	FAX 026(221)4610
上 田 支 店	〒386-0016	上田市国分1-1-9	TEL 0268(24)4300	FAX 0268(24)4136
松 本 支 店	〒399-0005	松本市野溝木工1-5-1	TEL 0263(26)5900	FAX 0263(26)5904
南 信 支 店	〒399-4511	上伊那郡南箕輪村5675-5	TEL 0265(76)2100	FAX 0265(76)2102
東京営業所	〒113-0033	文京区本郷3-29-11セル本郷3F	TEL 03(5805)2791	FAX 03(5805)2793

URL <http://www.itoh.co.jp/>

ITOHサービスマンHP【試作中】 URL <http://techservice.jimdo.com/>