



特集

特集1 対談 ロングライフグループの新ユニフォームをデザイン

コシノジュンコ氏 × 桜井ひろみ

「外見だけでなく内面も、センスが大切。」

特集2

進化するロングライフの「おもてなし」



ロングライフタウン寝屋川公園のレストランにて。フラワーアーティスト曾我部翔先生監修の生け花を囲んで、新しい制服を着用したスタッフ達

お一人おひとりの「グッドフィーリング」のために…

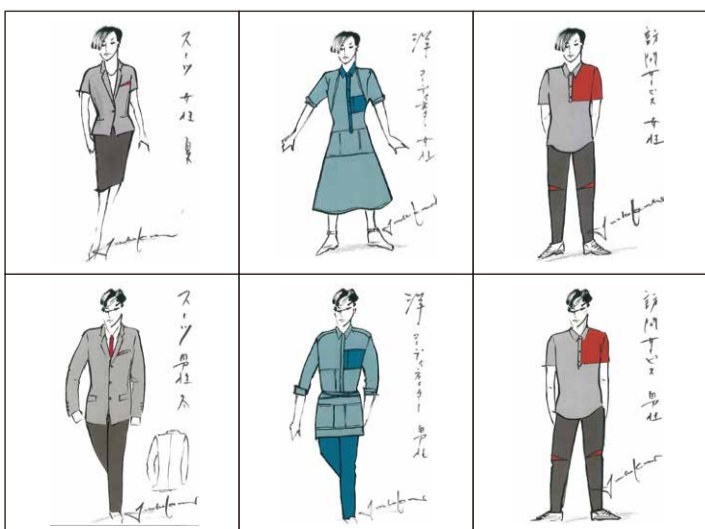
ロングライフグループでは、創業時から独自理念である「GFC（グッドフィーリングコーディネート）」を大切にしてきました。これは、お客様お一人おひとりにとっての「グッドフィーリング」心地よい環境を整えることです。そのためには「文化と背景」「心地よい空間」「質の高い身体ケア」の三要素が重要です。

心地よいと感じることは、人それぞれ違います。だからこそ、本当のご満足のためには、お客様の今のお人柄や嗜好などのベースとなっているこれまでの人生背景を理解する必要があります。また、そこで心地よく過ごしたいには、建物や家具インテリア、装飾品、絵画といった目に



コシノジュンコ氏と桜井ひろみ社長の対談の様子

見えるものだけでなく、花、緑、水、風、光といった自然環境や、スタッフの立ち居振る舞いなど、その場を作るすべてが「グッドフィーリング」でなくてははいけません。そこで、ロングライフグループでは、スタッフ一人ひとりが、お客様にいかに心地よくお過ごしただけかを考え、「ここまでやるの!」という「感動をお届けする」サービスを心がけています。お客様の人生に寄り添い、愉しみからライフスタイル全般まで、「大人」として心から楽しんでいただけるよう「本物」にこだわり、全力で取り組んでいるのです。今号では「GFC」の取り組みをいくつかご紹介。新しいスタッフユニフォームのデザインを手がけられたデザイナーのコシノジュンコ氏とロングライフホールディング株式会社代表取締役社長の桜井ひろみとの対談（2〜3面）や、6月より全ホームに導入した花生け研修会などについて（4〜5面）特集しています。お客様に最高の時間を過ごしていただくために、これからもロングライフグループは「GFC」を追求し続けます。



Good Feeling
桜井ひろみの
素適な対談

外見だけでなく内面も、センスが大切。
センスが良い人はバランスに優れていて、
何ごとにおいてもブレない強さがある。



この度、世界を舞台に活躍されているコシノジュンコさんに、
ロングライフグループのユニフォームをデザインしていただきました。
今回は、新ユニフォームへの切り替えに先駆けて、
コシノさんと桜井社長の対談の模様をお届けします。

人であれ物であれ、ひとつの出会いから
明るい気持ちになったり、希望が持てたり。
ユニフォームもそうあってほしい。

桜井 本日はお忙しい います。遅くなりまし
中、貴重なお時間をい たが、レジオン・ド
ただきありがとうございます。ヌール勲章受章、おめ

どうございます。

コシノ ありがとうございます
ございます。素適な
お花までいただいて
恐縮です。

桜井 改めてご活躍の
素晴らしさに敬意を

表し、コシノさんは私
たち日本の誇りだとい
う思いです。また、こ
れまでユニフォームの
デザインも多く手がけ
ておられることから、
当社よりご依頼させ
ていただいたところ、
快くお引き受けくだ
さり、心より感謝して
おります。

コシノ 今回、デザイ
ンのお話をいただいて
からロングライフさん

の企業理念などを伺っ
て、イメージが広がっ
たんです。

桜井 うわあ、うれし
いお言葉です！ 実はい
人生100年時代を
迎え、私たちができる
サービスについて原点
に立ち返って模索し、
当社スタッフ一人ひと
りがお客さまの人生の
パートナーであるとい
う自覚を持つことはも
ちろん、自分たちの仕

事にプライドを持って
取り組んでほしいと。
そこで、ユニフォーム
を一新することに思い
至りました。「コシノ
さんがデザインされた
ユニフォームに変わ
る」とアナウンスをし
たら、それだけでみん
なテンションが上がっ
て。デザイン画を見せ
ていただいた時、私も
ワクワクしました。

コシノ それはすごく
光栄です。制服を作業
着という視点だけで捉
えてしまうと、夢がな
いですよね。人や物と
の出会いに希望を持っ
てもらいたいと考えた
んです。お客さまを笑
顔にさせる、そんなユ
ニフォームになればと
思ってデザインさせて
もらいました。

桜井 コシノさんのデ
ザインはメリハリのある
色づかいが特徴的で、
さりげなくあしらわれた
ラインや切り替えも絶妙
で、そして、各担当の仕
事への機能的な配慮にも
感動しました。

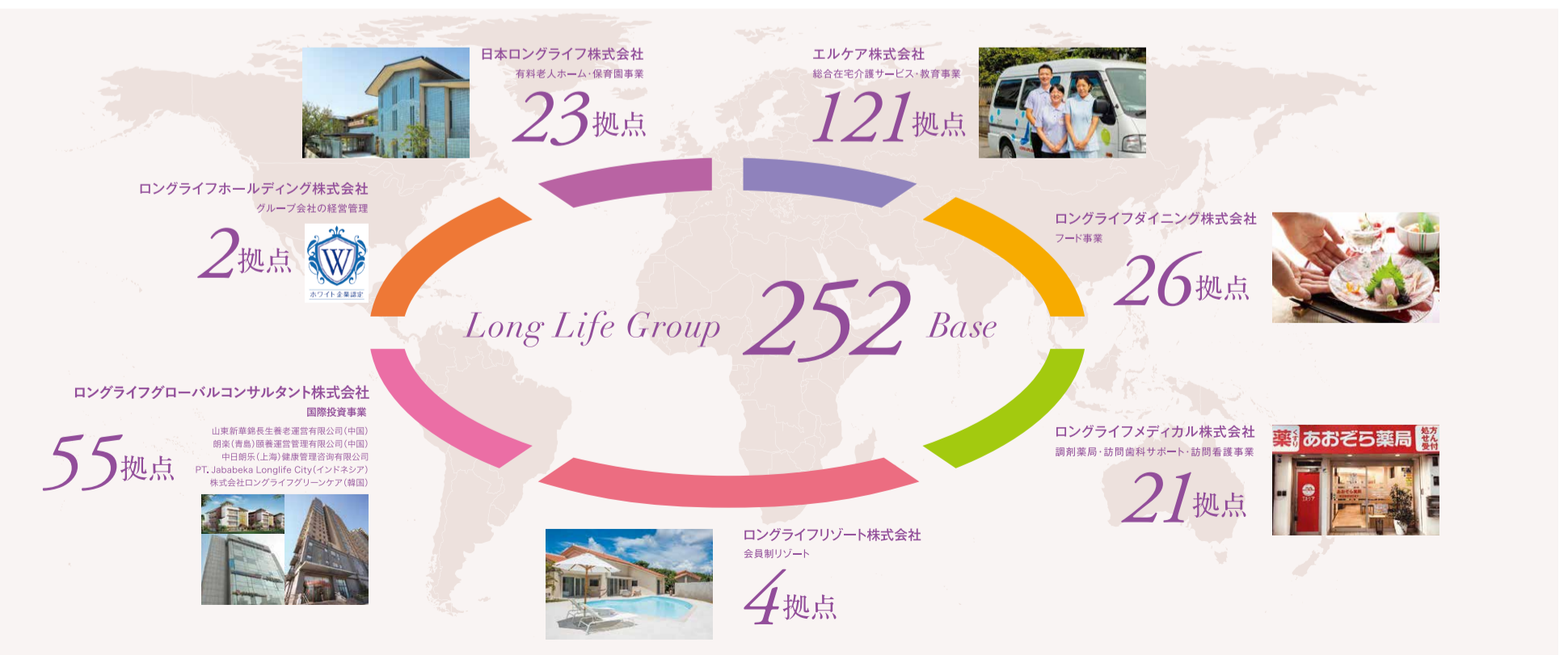
コシノ ユニフォームだ
から機能的なのは大前提
として、ファッション
は、着る人にも見る人にも
楽しんでほしいんです
よね。女性は特に、色や
デザインに敏感でしょ
う。お客さまの興味を引
くと、それが会話のきっ
かけになるとも思ったの
です。

桜井 本当にそうなん
です。当社のホームの
お客様はおしゃれへの
関心が高い方が多く、
お若い頃のことを思い
出していただけるかも
しれないですし、お客
さまの当時のエピソード
はスタッフにとって
は新鮮。貴重なお話を
伺えそうです。

コシノ 自分の知って
いることを聞いてもら
えるのってうれしいも
の。話が弾んで、お客
さまとのコミュニケーション
が活発になれば
いいですね。



コシノジュンコさんによる
新ユニフォームのデザイン画





コシノジュンコ
56のDai-Jyobu 大丈夫
世界文化社発行
A5版 定価1980円(本体1800円+税10%)
世界的ファッションデザイナーとして、エイジレスで活躍し続けるコシノジュンコさんのパワフル語録をまとめた珠玉の一作。

「大丈夫」の心って見えないけど、察する力があれば意思疎通ができますよね。そういう人って信用できるし頼

られると思うのです。また、聞き上手な人は人柄として誰からも好かれる要素を持っている、しかも、いろんなことを教えてもらえて得していると思いませんか。

ね。コシノ 人の心って見えないけど、察する力があれば意思疎通ができますよね。そういう人って信用できるし頼

られると思うのです。また、聞き上手な人は人柄として誰からも好かれる要素を持っている、しかも、いろんなことを教えてもらえて得していると思いませんか。

ね。コシノ 人の心って見えないけど、察する力があれば意思疎通ができますよね。そういう人って信用できるし頼

られると思うのです。また、聞き上手な人は人柄として誰からも好かれる要素を持っている、しかも、いろんなことを教えてもらえて得していると思いませんか。

ね。コシノ 人の心って見えないけど、察する力があれば意思疎通ができますよね。そういう人って信用できるし頼

られると思うのです。また、聞き上手な人は人柄として誰からも好かれる要素を持っている、しかも、いろんなことを教えてもらえて得していると思いませんか。

ね。コシノ 人の心って見えないけど、察する力があれば意思疎通ができますよね。そういう人って信用できるし頼

られると思うのです。また、聞き上手な人は人柄として誰からも好かれる要素を持っている、しかも、いろんなことを教えてもらえて得していると思いませんか。



コシノジュンコ JUNKO KOSHINO

大阪府岸和田生まれ。文化服装学院デザイン科在学中、新人デザイナーの登竜門といわれる装苑賞を最年少の19歳で受賞。東京を活動拠点としながらも、1978年のパリ・コレクションを皮切りに、北京やNY、ベトナム、キューバ、ポーランド、ミャンマーなど、世界各地にてファッションショーを開催。また、舞台衣装やユニフォームといった服飾デザインのほか、インテリアや食、花火などのデザインも手がけ、復興支援活動にも力を入れている。文化功労者。受賞歴も多数、最近では2021年5月、フランスで最も権威ある国家勲章「レジオン・ドヌール勲章」を受章。いまなお現役、第一線で活躍中。

前しか見ていないから嫌なことは忘れるし、前向きな発想しかないから、自然とポジティブな言葉が出てくる。

イメージなんです。桜井 そんな風に言っていたら、すごく光栄です。ありがとうございます！

コシノ 私、悩まないんですよ(笑)。楽しいことが好きで、好奇心も旺盛。前向きな発想しかなくて、自然とポジティブな言葉が出てくるようになってきているのかも。

前しか見ていないから嫌なことは忘れるし、前向きな発想しかないから、自然とポジティブな言葉が出てくる。

イメージなんです。桜井 そんな風に言っていたら、すごく光栄です。ありがとうございます！

コシノ 私、悩まないんですよ(笑)。楽しいことが好きで、好奇心も旺盛。前向きな発想しかなくて、自然とポジティブな言葉が出てくるようになってきているのかも。

前しか見ていないから嫌なことは忘れるし、前向きな発想しかないから、自然とポジティブな言葉が出てくる。

イメージなんです。桜井 そんな風に言っていたら、すごく光栄です。ありがとうございます！

コシノ 私、悩まないんですよ(笑)。楽しいことが好きで、好奇心も旺盛。前向きな発想しかなくて、自然とポジティブな言葉が出てくるようになってきているのかも。

前しか見ていないから嫌なことは忘れるし、前向きな発想しかないから、自然とポジティブな言葉が出てくる。

イメージなんです。桜井 そんな風に言っていたら、すごく光栄です。ありがとうございます！

コシノ 私、悩まないんですよ(笑)。楽しいことが好きで、好奇心も旺盛。前向きな発想しかなくて、自然とポジティブな言葉が出てくるようになってきているのかも。

日本から世界へ！ロングライフグループ

お薬1つからリゾートまで。セカンドライフを迎えたすべての人の思いにお応えするサービスを「世界基準」に。

今までも、これからも。お客様の笑顔のために。

36年。
ケアサービスひと筋、積み重ねてきた実績とノウハウ、数えきれない感動体験が、ロングライフをつくっています。



創業から17年目の2002年、介護専門企業として初の株式**上場。**



育成が、新たな感動のサービスを生みます。「ケアはサービス業」を実践するスタッフ研修と教育を徹底しています。



どこよりも早く最先端のケアを開発。どこよりも早く独自の**世界へ。**ノウハウを

ケアサービスひと筋の実績が評価につながりました。



「日本マーケティングリサーチ機構調べ」
調査概要：2021年6月期_ブランドイメージ調査
健・食・美を提供する自立支援サービス施設 No.1(第1位)
ご家族様満足度 No.1(第1位)

数字で見るロングライフ

スタッフの充実



(2021年7月末現在)

お客様の人数(日本/ホーム・在宅)



(2021年7月末現在)

お客様の「グッドフィーリング」のために 進化するロングライフの「おもてなし」

皆さんはどのような時に心地よさをお感じになりますか？ それは目に見えるものだったり、形のないものだったり、五感を満たすものだったり、心で感じるものだったり…「グッドフィーリング」を得る手段は多岐にわたります。だからこそ、ロングライフグループは広い視野であらゆる角度から「グッドフィーリング」を追求。さまざまな「おもてなし」を実践することで、お客様の心を満たしています。

ここでご紹介するのは、ほんの一部。ぜひロングライフグループのサービスを実際に体験して、その「本気度」をお確かめください。

美しいお花が季節を運ぶ 花生け研修会



ホームのお客様も参加されて開催された、ロングライフ苦楽園芦屋別邸での花生け研修会の様子

**新鮮な花が似合う
上質空間**

ロングライフの各ホームには常に新鮮なお花が飾られています。隅々まで掃除が行き届き、上質な素材にこだわった本物志向のインテリアはきれいに磨き上げられています。そんな優雅な空間に、新鮮なお花のみずみずしさがしゅんと馴染んでいます。

**全ホームに
最高の生け花を**

これまでは各ホームで生け花の先生の指導を受けるなどしながら自分で生けられていました。しかしこの度、フラワーアーティストの曾我部翔先生監修のもと、全ホームのお花を統一することになりました。

季節を感じられる花材を取り入れながら、エントランスを彩る大きな生け花やテーブルを飾る一輪挿しの生け花、またメンテナンスをしながら常にお花を美しく保つ方法などを学びます。

定期的な各ホームを巡回して行われる花生け研修会では、ホームに飾る花を実際に生けながら指導されます。9月1日には「ロングライフ苦楽園



曾我部翔先生による研修の様子

芦屋別邸」で開催され、各ホームの生け花担当スタッフや支配人、ホームのお客様が集まりました。この1週間を飾るお花として届いたのはオミナエシヤリンドウ、エリエンリウム、トルコキキョウなど。季節を感じられるお花の生け方を学び、それぞれが各ホームに戻って実践されました。



Rock'n'Rose 講師 曾我部翔

1982年北海道旭川市生まれ。2004年フランス『アートフローラル国際コンクール』日本代表として出場。2006年メリディアンカップフランス観光局賞受賞。2017年パリにて個展開催、花いけバトルin オランダ2連覇、花いけバトルin パリ優勝など、世界各国で活躍。NHK「趣味の園芸」「あさイチ」などメディアへの出演も多数。世界に誇るトップクラスのフラワーデザイナー。



心と体が元気になる食事 ダイニング

**華やかで温かい
心浮き立つお料理**

ロングライフのホームページやインスタグラムで随時公開されているダイニングでのお食事の写真をご覧になったことはありませんか？

ホテルでのお食事のようには彩りも盛り付けも美しく華やかさがあがりながら、家庭でいただくような温かさも感じます。

**季節感あふれる
「心地よい空間」を**

「お客様に楽しんでいただけることを第一に、それぞれが各ホームで生けて、メンテナンスもできるようなと考えています。お花は生き物ですから日々変化します。形を変えたり、長さを変えたりしながら常に美しく保つていきます。」

お花の生け方を学ぶことで「GFC」の要素である「心地よい空間」づくりを実践。真剣に学び全力で取り組むスタッフの姿勢に極上の「おもてなしの精神」を感じます。



ロングライフ苦楽園芦屋別邸のエントランスの生け花

感動の声が続々！ ロングライフNMNサプリメント

ロングライフメディカルでは「人生100年時代に、お客様の健康寿命を100歳に」と考え、「若返りサプリメント」として注目を集めるNMNのサプリメントを開発・販売し、ご愛飲者様より大きな反響を頂いています。「朝までぐっすり」「肌の調子がいい」「老眼鏡が不要に」といった感動の声が続々と届いていきます。皆様もNMNライフを始めませんか？一人でも多くの方にNMNの効果を感じていただくため、手軽にお試しいただけるトライアルセットを販売することになりました。限定100セットで、1週間分(14錠)も販売しています。

○LONGLIFE NMN
1ヵ月分(60粒入り)
特別価格 **37,800円(税込)**

○LONGLIFE NMN トライアルセット
1週間分(14粒入り)
特別価格 **10,000円(税込)**



おもてなしのプロを養成 「GFCカレッジ」

多彩な世界を
プロから学ぶ



ロングライフご入居のお客様による「昭和初期の日本文化を学ぶ」講座

「GFCカレッジ」はロングライフが独自に開発・発展させたサービス理念に基づき「おもてなしのプロ」を養成する講座で、一般の方も受講が可能です。今年度は全7日間、ロングライフ医療福祉専門学院にて開講されます。

多種多様な分野からプロフェッショナルを講師としてお迎えし、七田式能力開発士養成講座・音楽ヘルパー講座・アロマセラピーなど、知能や癒しを高める講座から、茶道・華道・絵画・落語など日本文化に触れる講座まで多彩なカリキュラムが用意されています。

たとえば、「昭和初期の日本文化を学ぶ」という講座では、昭和の激動の時代を生きてこられたお客様とコミュニケーションをとるために、これまで過ぎてこられた時代背景や文化を知ろう、というものです。

常に勉強を重ねて知識を増やし、引き出しをたくさん持つことでお客様との接点ができ、ひいてはお客様のお喜びにつながる



華道では、礼儀作法を大切に花の生け方を学びます



音楽ヘルパー講座

がるとの考えのもと幅広い講座が開かれています。

おもてなしの真価を問われる時

セカンドライフの総合プロデューサー「GFCグッドファイリングコーディネーター」として新しい時代のおもてなしのプロを育成する、それが「GFCカレッジ」

コロナ禍でできないことが増えた今、この状況でどうすればお客様に満足していただけるか、おもてなしの真価を見つめ直す必要があります。その

「毎日のような料理が食べられるの！」と羨ましがらずにはいられます。

思いやりがおいしさを倍増

そんな素敵なお料理を手掛けておられるのが、飛松健一料理長を筆頭とするベテランシェフたち。

「管理栄養士が考えた献立を最高の状態でお客様にご提供できるように、自らのベストを尽くして日々調理に臨んでいます」と飛松料理長。ホテルのレストラン等で腕を振るってこられた経験を活かしつつ、ホームならではの心配りもされて

誤が続けられています。まさに、ロングライフが創り上げた「感動をお届けする」というサービスの実現に向け進化は止まることを知りません。

.....

申し込み・問い合わせ
☎06(6373)9191
定員になり次第受付終了

お客様のニーズに おもてなしの真価を

サポートを利用して
自分の時間を大切に

社会で活躍する女性が増える中、ご家庭で安らぎを感じてもらえるように、と始まったのが「おもてなし倶楽部」です。

整理収納、インテリアのアドバイス、ガーデンニングなどをサポートする「ライフスタイリスト」、ハウスクリーニング、産前産後のサポート、シェフのケータリングプランなど日常生活を快適・便利にする「ライフサポーター」、お子様の見守り(学校、塾への送迎など)、外出同行(病院、ショッピング、旅行など)などをお手伝いする「アウトコンシェルジュ」の3つのコースがあります。

時間に余裕がでると



心にもゆとりが生まれまします。居心地のいい空間になると心も体も整います。ご要望のお声を受け、お客様のもとへお伺いすることでの「おもてなし」にも、ロングライフグループは取り組んでいます。



料理長 飛松健一

昭和44年 新阪急ホテルにて洋食調理課に所属
昭和60年 三番街バブレストラン「ジョリー」料理長
昭和62年 グランドビル会員制「関西文化サロン」料理長
平成2年 大阪新阪急ホテル内カフェレストラン「レイナー」料理長

「お客様からの「おいしかった」の一言がやがいに繋がっています。下膳の際にいつも「ごちそうさまでした」と言ってくれますが、特別においしかった日には「ごちそうさまでした」と口にしてお伝えくださるんです。その言葉が何より嬉しいです」と飛松料理長。

お料理を目と舌で味わい、楽しく幸せな時間を過ごしていただけるよう、シェフも管理栄養士もお客様とコミュニケーションを図ることを大切にされています。これも「グッドファイリング」なお食事時間、感動の「おもてなし」を実現するため。そうして知り得たお客様の嗜好やご希望を随所に取り入れたお料理は、毎食、幸せな笑顔につながっています。

ロングライフ医療福祉専門学院 GFCカレッジのご案内

2021年10月27日(水)～ 関西圏、首都圏 同時開講!

ロングライフが創り上げた「感動をお届けする」サービススタイルを習得し、「GFC=グッドファイリングコーディネーター」を育成するために、日本文化やセラピー、コミュニケーションなどさまざまな分野のプロフェッショナルを講師としてお迎えし、授業を展開。

特別講座は、七田式能力開発士養成講座・音楽ヘルパー講座・アロマセラピーなど、知能や癒しを高める講座から茶道・華道・絵画・落語など日本文化に触れる講座まで充実のカリキュラムです。ホールディングニュービジネス「おかたづけ」監修 小林朗子先生の「整理収納講座ベーシック」も受講できます!

多彩なカリキュラムに注目!

- 特別講座
- 基本講座
- 日本文化講座
- 表現力講座

- 日程 2021年10月27日(水)～2022年1月22日(土)
- 受講料 87,000円(税、テキスト代込)
- ご紹介割引あり

※イベント実施と発表審査会参加が後日あります。カリキュラムの詳細はお問い合わせ下さい
※関西圏・首都圏以外の方はご相談ください ※定員になり次第、受付終了

■お申込み
TEL/06-6373-9191 FAX/06-6373-9197
ロングライフホールディング株式会社 総務グループまで
お申込書をFAXで

ロングライフの
有料老人ホーム
紹介

時間にも心にもゆとりを 日常をバカンスに

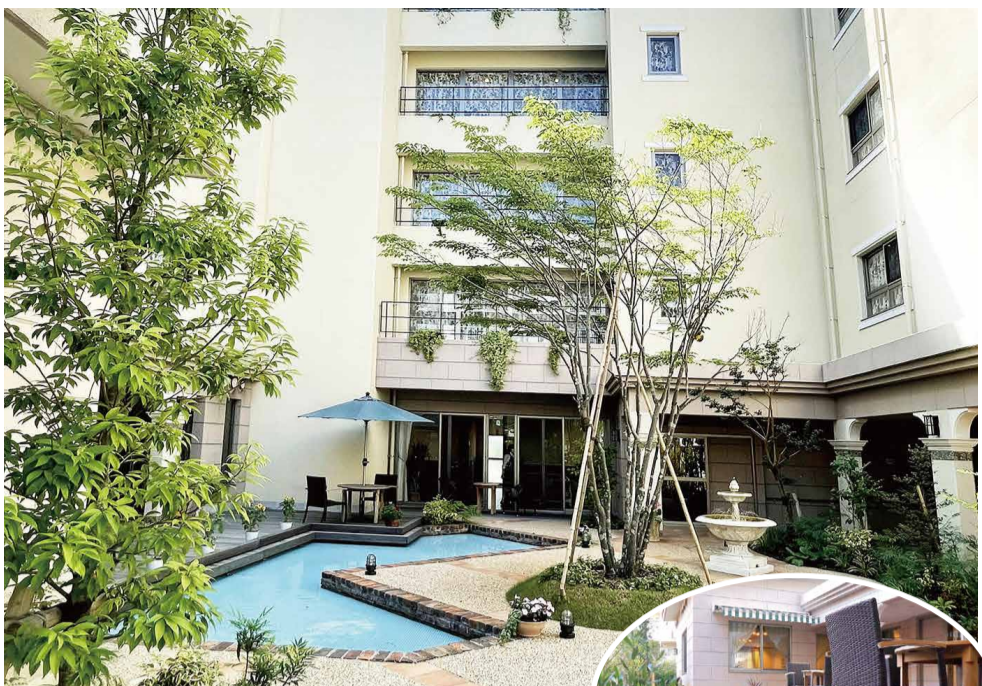
セカンドライフは自然豊かな環境でのんびりと、でもたまにはちょっと足を延ばしてお出かけも…。そう願う方々におすすめの、東京へ好アクセスかつ自然や歴史と共存できる2ホームをご紹介します。

新しさと歴史が
共存する街で穏やかな日々を

ロングライフ埼玉越谷

好奇心が満たされる
魅力いっぱいの好環境

「ロングライフ埼玉越谷

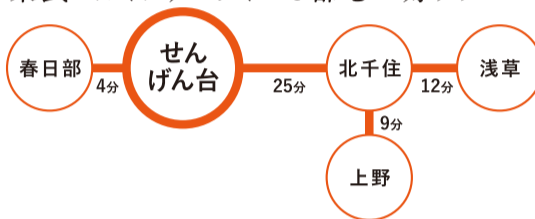


四季を感じる中庭は皆の憩いの場に



温かみと重厚感のあるレストラン

東武スカイツリーラインで都心へ好アクセス!!



谷から徒歩約11分の最寄り駅「せんげん台」から東京・上野まで34分、銀座や六本木へも簡単に行けます。そんな大都会に隣接しながらも、街の中心に川が流れる越谷は「川の街」といわれるほど美しい景観を誇っています。徳川家康や秀忠が鷹狩りのためにたびたび訪れたことでも知られる日光街道の旧越ヶ谷宿など歴史ある町並みが残る一方で、大型商業施設も充実。そんな新しさと歴史が共存する街は、知的好奇心を満たしてくれることでしょう。

「せんげん台駅周辺」は目の前には公園が広がり、徒歩10分圏内に様々なお店が集結、日々のお買い物にも便利です。美しく調和のとれたクラシックモダンの上質な空間で、四季折々の表情を見せる中庭や重厚な落ち着きあるレストランなど思い思いに過ごせる共用スペースも充実。さりげない見守りが安心と快適を叶え、ホテルのように心地よく家族のように温かな極上駅より徒歩約11分

ロングライフ埼玉越谷 周辺おすすめスポット



「はかり屋」築120年余の古民家を改装した複合施設

○旧日光街道越ヶ谷宿

○日本庭園花田苑
(越谷駅からバス)



桜、皐月、菖蒲、睡蓮や紫陽花、彼岸花や紅葉など四季折々の風情が楽しめる本格的な日本庭園。こしがや能楽堂が隣接し、お茶会なども行われています。

○北越谷の桜並木



「北越谷駅」に近い元荒川沿いは埼玉県でも有数の桜の名所です。

○せんげん台駅周辺

当時の風情は北千住・春日部の旧宿場町に残り、史跡や建造物が点在しています。現存する古民家や蔵を活用した新たな取り組みも始まっています。

東口商店会・西口商店会・せんげんパークロード商店会の3商店会が賑わい。お買い物や食事が楽しめます。

光街道の旧越ヶ谷宿など歴史ある町並みが残る一方で、大型商業施設も充実。そんな新しさと歴史が共存する街は、知的好奇心を満たしてくれることでしょう。

「わが家」の存在は大きいといえます。「ロングライフ埼玉越谷」は目の前には公園が広がり、徒歩10分圏内に様々なお店が集結、日々のお買い物にも便利です。美しく調和のとれたクラシックモダンの上質な空間で、四季折々の表情を見せる中庭や重厚な落ち着きあるレストランなど思い思いに過ごせる共用スペースも充実。さりげない見守りが安心と快適を叶え、ホテルのように心地よく家族のように温かな極上駅より徒歩約11分

移住希望地ランキング[※]1位の
静岡の中心で住まう

ロングライフ・クイーンズ静岡呉服町

経済と文化の中心で
富士山を眺める生活

静岡の中心市街地に建つ「札の辻クロスビル」の8階・13階が「ロングライフ・クイーンズ静岡呉服町」です。充実の施設と上質なおもてなしで日々の家事が軽減され、時間に余裕も生まれると評判。テラスのベンチに座って光や風を感じながら富士山を望むのもよし、外に出て経済と文化の中心で流行

東京まで新幹線で1時間



を感じるもよし。東京へもスムーズに足を延ばせます。海・山・川・湖に恵まれた静岡で静と動の日々を楽しみませんか?



開放的で居心地の良いラウンジ

富士山も望める見晴らしの良いテラス

ロングライフ・クイーンズ静岡呉服町
静岡県静岡市呉服町1丁目30札ノ辻ビル8・13階
アクセス/JR東海道本線「静岡」駅より徒歩約11分

ロングライフ・クイーンズ静岡呉服町 周辺おすすめスポット



○駿府城公園
(徒歩約7分)

二重の堀と美しい石垣に囲まれた公園。徳川



家康が築城し晩年を過ごした駿府城の遺構で、園内には4つの庭で構成された日本庭園と茶室を備えた「紅葉山庭園」もあります。

○静岡伊勢丹
(徒歩約1分)

なんと、百貨店まで徒歩1分! お買い物もグルメも思いのままに楽しめます。

※東京からの移住。出典:ふるさと回帰支援センター 2020年 地方移住先ランキング



Health & Natural Beauty
日本ロングライフ株式会社



0120-550-294 9:00~18:00 年中無休
大阪府大阪市北区中崎西2-4-12 梅田センタービル25F



詳しくはこちら

藤原美智子 ヘルス&ナチュラルビューティコラム 「免疫力と美容力はつながっている。」

ロングライフグループは、人生100年時代を“より健康に、より美しく”を目指して、「ヘルス&ナチュラルビューティ」を掲げています。ヘア・メイクアップアーティストの藤原美智子さんにはビューティ部門を担当していただいています。

VOL.3 体を冷やさない



藤原 美智子氏
ロングライフビューティ部門
エグゼクティブマネージャー
ヘア・メイクアップアーティスト

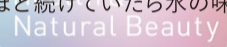
マッサージに行った時に、低体温であることを指摘され、「このままだと免疫力も下がって、いろいろな不調が出てくるかも」と言われて、初めて「体温」ということを意識するようになりました。その打破のために、まずしたのは朝、起きてすぐに冷蔵庫で冷たくしておいたミネラルウォーターをグイッと飲む習慣を変えたこと。

冷たさで一気に体が目覚めることに快感を覚えていたのですが、それは明らかに体にストレスを与える悪い習慣。

そこで常温の水を飲むことにしたのですが、その美味しくないことと言ったら・・・!

それでも10日ほど続けていたら水の味がわかってくるように。

そして美味しい水というのは、まるやかな味がすることにも気がつくようになりました。



管理薬剤師さんからの健康ひとメモ

お芋の話
最近では安納芋や紅はるかなどのブランド芋が有名ですが、どれも本当甘くて美味しいですね。ほくほく・ねっとり・しっとりどれもおすすめです。成分である「でんぷん」は加熱することで一部が糖質に変化し甘みが強くなります。肌やお通じに良いビタミンCと食物繊維がたっぷり含まれている上にビタミンB1も豊富に含まれているので疲労の回復にも役立ちます。その他にもビタミンE、カリウム、カルシウム、マグネシウムなどのミネラルも多く含まれ、まさに栄養の宝庫ですね。気虚しいわゆるエネルギー不足の状態に良いとされ、気を補い消化機能を高め、便秘にも良いといわれています。食べ過ぎには気を付けてお芋で楽しくお茶しましょう。



真っ白な ホワイトボード

～福祉をサービス業へ、
世界への挑戦物語～



VOL.5

第1章「マイナスからの起業」 その4「必要とされる仕事」

人は誰かの役に立つために生まれてきた。誰かの役に立つと、人は生きて働く。

佐藤と木村、ふたりの青年がはじめた「関西福祉ケアサービス株式会社」という小舟は、すでに、広く大きな海原へ向かって漕ぎ出していた。

訪問入浴サービスの仕事は受注できないまま、ガードマンや露天商などの他の仕事で食いつないでいく日々が続いた。さらに、会社を維持していく上での問題は他にもあった。

「総務で、経理で、いったい何をどうしたらええのや。」

親の会社を引き継いだわけでもなく、サラリーマンとして会社勤めをしたこともない二人である。途方に暮れることばかりであった。

地図すらない海原を漂うような、なんとも心もとない二人の航海のはじめの道案内人は、実際に会社を経営している大野茂である。今まで築

いてきたプライドも見栄も、すべてを捨てて、大野から経営者としての仕事の基礎を必死で学んだ。就業時間中、社員たちの好奇の目にさらされながら、大野の経営する会社の片隅で、大野の手が空くの何時間も待つこともあった。

「総務で、経理で、いったい何をどうしたらええのや。」

親の会社を引き継いだわけでもなく、サラリーマンとして会社勤めをしたこともない二人である。途方に暮れることばかりであった。

そして、はじめての入浴サービスの仕事が入った。

スタッフのメンバーで、佐藤をお客様に見立てて、何度も何度も練習を重ねてきた入浴介助の仕事だ。その成果がやっ

と出せる。意気揚々と出かけた。

「あー、えーあーんばい。気持ちええなあ。天国のようや。ほんまおおきに、おおきに。ありがどう、ありがどう。」

涙を流さんばかりに手を合わす夫婦の姿に、いつも冷静な木村は、感激して泣きながら傍らの佐藤に訴えかけるように言った。

「こんなに喜んでもらえるやなんて。なあ、この仕事はどんなことがあるらうと、絶対に、絶対に」

木村の想いと佐藤の想いは、ぴったりと重なっていった。

「総務で、経理で、いったい何をどうしたらええのや。」

親の会社を引き継いだわけでもなく、サラリーマンとして会社勤めをしたこともない二人である。途方に暮れることばかりであった。

お金をいただける仕事である以上、この世に誰かの役に立っていない仕事というものはない。

「訪問入浴サービス。このサービスを必要としている人々のために、社会のために、この仕事はなくてはならないものなんや。だから、何としてこの会社を存続させていく。」

「あー、えーあーんばい。気持ちええなあ。天国のようや。ほんまおおきに、おおきに。ありがどう、ありがどう。」

涙を流さんばかりに手を合わす夫婦の姿に、いつも冷静な木村は、感激して泣きながら傍らの佐藤に訴えかけるように言った。

「訪問入浴サービス。このサービスを必要としている人々のために、社会のために、この仕事はなくてはならないものなんや。だから、何としてこの会社を存続させていく。」

訪問入浴サービスの仕事は受注できないまま、ガードマンや露天商などの他の仕事で食いつないでいく日々が続いた。さらに、会社を維持していく上での問題は他にもあった。

「総務で、経理で、いったい何をどうしたらええのや。」

親の会社を引き継いだわけでもなく、サラリーマンとして会社勤めをしたこともない二人である。途方に暮れることばかりであった。

「あー、えーあーんばい。気持ちええなあ。天国のようや。ほんまおおきに、おおきに。ありがどう、ありがどう。」

涙を流さんばかりに手を合わす夫婦の姿に、いつも冷静な木村は、感激して泣きながら傍らの佐藤に訴えかけるように言った。

「訪問入浴サービス。このサービスを必要としている人々のために、社会のために、この仕事はなくてはならないものなんや。だから、何としてこの会社を存続させていく。」

ロングライフプレゼント

今号のご感想・ご意見をお寄せいただいた方に抽選でプレゼント!

ハガキにアンケートの回答をご記入のうえ、郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、職業を明記し、下記までお送りください。当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。 ※締切/2021年10月31日(当日消印有効)

コソコソ著
サイン入りコソコソ
56(ゴロク)のDai-Jyoubu『大丈夫』
(株式会社 世界文化社) (1名様)



今号の2、3面にもご登場いただいている、ロングライフグループの新しいユニフォームを手がけられた世界的デザイナー・コソコソ氏の著書をプレゼント。エイジレスで活躍し続ける氏のパワフル語録をあつめた珠玉の一冊。

アンケート

- Q1.ヘルス&ナチュラルビューティに強い関心がありますか?
はい/いいえ
- Q2.今後各社からの情報をお届けしてもよろしいでしょうか?
はい/いいえ
- Q3.LONG LIFE TIMESの定期購読を希望されますか?
はい/いいえ
- Q4.ロングライフの老人ホームを見学してみたいですか?
はい/いいえ
- Q5.ロングライフのリゾートホテルに興味がありますか?
はい/いいえ

ご応募先

〒530-0015 大阪府大阪市北区中崎西2-4-12
梅田センタービル25階
ロングライフホールディング株式会社
「LONG LIFE TIMESプレゼント11・12月合併号」係



グラタン皿で作る
茄子のラザニアです

材料(5人分).....

- 茄子.....2本
- デミグラスソース.....100g
- 合い挽きミンチ.....100g
- ピザ用チーズ.....少々
- ラザニア.....2枚
- 塩・こしょう.....少々
- 玉ねぎ(みじん切り).....100g

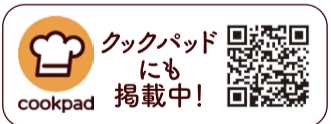
管理栄養士さんからの今月のおすすめレシピ

秋茄子のラザニア

- ① 茄子をスライスする。
- ② 合挽きミンチと玉ねぎをフライパンでソテーする。
- ③ ソテーができたら塩・こしょうで味付けし、デミグラスソースを入れミートソースにする。
- ④ ①でスライスした茄子をオーブンオイルで焼く。
- ⑤ ラザニアを6〜8分オイルし、冷水にさらして粗熱をとる。
- ⑥ グラタン皿にミートソース、パスタ、茄子の順に敷き詰めて最後にピザ用チーズをのせ、200℃のオーブンで焼く。
- ⑦ チーズがとろけたら完成です!

栄養士のひとくちコメント

ラザニアが無い時には餃子の皮か焼売の皮で代用してもおいしくいただけます。



Heartful Massage

FKK(福音交友会)教師
ロングライフ池田山手・
ロングライフ長居公園 チャプレン

菅原 茂

7月〜9月にかけて、オリンピックとパラリンピックが東京を中心に開催されました。世界200国余りの国からの参加者が競い合い、友好を深めました。 「東京2020」という文字が目に見えるようにされています。実際はコロナ禍で一年延長された開催でした。この2つの大会を実現させたのは、他でもない「こぼ」が存在したからです。こぼを通して共通の理解と協力が得られたからです。人間以外のどんな被造物にも、このような世界的な規模の企画を打ち立てることも実行することも不可能です。なぜなら「そのようなこぼ」がないからです。今日こそ、人類共通のこぼを通して「世界平和が樹立されること」を願って止みません。人間に与えられているこの「こぼの賜物」の代表が「こぼは人となって、私たちの間に住まわれた」というクリスマスのお出来事です。

初めにこぼがあった。
こぼは神とともにあった。

ヨハネの福音書1章1節



石垣島の 大自然に包まれて “おもてなしウェディング”

コロナ禍において結婚式を挙げることに迷いを感じながらも、二人で歩む人生の記念すべきスタートを思い出として残したい、そしてその時を大切な人たちと共有したい…。そう願う方々に、会員制リゾートホテル「コーラルテラス石垣島」での貸し切りウェディングをご提案します。

南国リゾート地で
1日1組の特別感

主役のお二人も参列される方々も、冬の厳しい寒さや窮屈な現実から離れて祝福ムードに浸れるのが、沖縄県石垣島の「コーラルテラス石垣島」でのウェディング。亜熱帯の雄大な自然と透明度の高い海、色鮮やかなサンゴ礁、本州では見られない満天の星空…そんな南国リゾート地で1日1組限定の特別な結婚式を挙げられます。

時間と場所、おもてなしまで完全独占
ホテルを丸ごと貸し



白な砂浜、木々の緑がまぶしいガーデンデッキ、スタイリッシュなコーラルチャペルなど、お望みの場所でお望みの挙式が可能。波照間島や西表島の離島、青の洞窟、サビチ鍾乳洞など絶景を舞台にした「フォトウェディング」も評判です。

切った広々とした空間で挙式できるのは「贅沢」とともに「安心感」も得られます。自分たちだけの場所、自分たちだけの時間だから、ホテルのサービスも完全に独占。ハイレベルのおもてなしは感動に値します。全棟プール付きのヴィラ8棟も貸し切れるので、ご親戚やお友達もゆったりくつろぎのひとときを満喫。みんなで共有できる幸せは、何倍もの喜びになります。



コーラルテラス
石垣島
ウェディング



とき
リゾート



Health & Natural Beauty
ロングライフリゾート株式会社
0120-140-142
東京都千代田区大手町1丁目6-1 大手町ビル9F
9:00~18:00 年中無休

エルケアのYouTubeチャンネルで動画続々公開中!

エルケア検見川ケアセンターの職場レポート

エルケア株式会社では「エルケアで働きたい」魅力発信企画の取り組みとして、訪問介護サービスの提供するエルケア検見川ケアセンター(千葉県)がエルケアエリア長のYouTubeチャンネルで紹介動画を公開しています。



短い動画ですが、マスクをさされていても、センター長さんがニコニコと笑顔でお話されているのがわかります。アットホームな職場の雰囲気伝わってきて、「こんな方々にケアしてもらえたら安心」や「こんな会社で働きたい!」と思われる方も多いのではないのでしょうか。エルケアの訪問介護サービスは、お客様の「したいこと」を「できること」につなげる真心のサービスに定評があります。訪問介護のお仕事に興味のある方はぜひYouTubeで「エルケアエリア長」と検索してみてください。

コンテスト最優秀賞レシピの調理に挑戦

エルケア株式会社では今夏、「エルケアお料理コンテスト第2弾」を実施し、暑い時季を乗り越えるための夏バテ防止・食欲アップのレシピを募集したところ、サラッとおいしくいただけそうなメニューが多数寄せられました。

エルケアのYouTubeチャンネルでは、いただいたレシピの中から、同コンテストで最優秀賞を受賞された、八千代ケアセンター(千葉県)の小倉あんなさんの「夏バテ知らずの冷や汁飯」や「さっぱりレモンだれ素麺」、「ナイスミートパニーニ」などのバリエーションが公開されています。どれもおいしそうなお料理がシンプルで簡単に作れるようです。



介護のことなら
エルくん
ケアちゃん
ケアの総合パートナー



YouTube
チャンネル
QRコード

エルケアは様々な在宅介護サービスを提供しています

- 訪問介護サービス
- 訪問入浴サービス
- 居宅介護支援サービス(ケアプラン)
- デイサービス
- 小規模多機能型居宅介護サービス
- 障がい福祉サービス
- 保険外サービス
- 教育事業

Health & Natural Beauty
エルケア株式会社

0120-18-2525

〒530-0027 大阪市北区堂山町1-5三共梅田ビル6階
9:00~18:00 年中無休