



## INTERNATIONAL CARE SERVICE SYMPOSIUM



~ニューノーマル時代へ 新たな未来に喜びとハピネスを!~



中国・青島 長楽居  
パーキンソン病を患ったお客様の物語



### 聖なる湖と自然を愛で 心を洗う箱根旅



約2500坪という箱根随一の広さを誇る敷地に8棟の日本旅館風の離れを有する「箱根別邸」。芦ノ湖とそれを囲む山々が四季折々の表情を見せる絶景を、リビング、テラス、浴室から楽しめます。

露天風呂からは澄み渡る夜空に瞬く満天の星を愛で、新鮮な魚介や旬の山麓野菜を使った料理を堪能。日常と一線を画す、安らぎのひとときをぜひ。

◀6面につづく

#### 【ときリゾート 箱根別邸】

神奈川県足柄下郡箱根町元箱根字大芝93-46  
0120-140-142(9:00~18:00 年中無休)  
アクセス: JR「小田原」駅から車で約40分、  
または小田急線「箱根湯本」駅から車で約30分

### 成功事例を共有し、さらなる発展へ 「第17回 ロングライフ国際学会」開催



首都圏会場(ロングライフ・クイーンズ宮崎台)



関西会場(ロングライフタウン寝屋川公園)

11月8日(月)、「第17回 ロングライフ国際学会」が開かれました。新型コロナウイルス感染症拡大の影響で昨年は中止を余儀なくされましたが、今年は多くの方々にご協力いただき、十分な感染対策を講じることができ、2年ぶりの開催が叶いました。安心して多くの皆さまにご参加いただけるよう、会場を首都圏と関西の2カ所に設け、

参加者はネットでの視聴、という初のオンライン開催となりました。「ロングライフ国際学会」は、年に1回、ケアの手法やお客様のご満足度を追求しサービスに反映するロングライフの「グッドフィードバック」の成功事例を発表する場であり、その事例を多くの方々と共に共有することで、サービスの質やスタッフのモチベーションの向上に繋

ぎていくものです。今回のテーマは「ニューノーマル時代へ 新たな未来に喜びとハピネスを」。日本国内はもとより、中国、韓国、インドネシアから寄せられた200件を超える事例の中から、最終選考に残った7組の代表メンバーが発表を行いました。

新しい制服のデザインを担当してくださったコシノジュンコさんをはじめ、「ヘルス&ナチュラレビューティ」のエグゼクティブマネジャーである藤原美智子さんと岡本依子さんなど、審査員の方々は熱い発表に点数をつけるのに相当悩まれたようでした。

今年度は同票で2組が最優秀賞に選ばれました。今号では、その2組の発表をご紹介します。(2面につづく)

# 第17回ロングライフ国際学会 感動の最優秀賞受賞事例

ロングライフグループでは「世界中をHAPPYに！ 世界中をSMILEに！」をモットーに取り組んでまいりましたが、今回の国際学会での各社からの発表で、日本国内はもとより、アジアにも我々の想いやサービスが広がっていることを実感しました。この手応えを糧に、次なるステージへと躍進したいと思います。

最優秀賞

ロングライフグローバルコンサルタント株式会社

有料老人ホーム 長楽居(中国・青島市)



代理発表 崔禱 (サイイ)

## 「パーキンソン病を患った お客様の物語」

発表者 曲梦梦・张天牧・曹碩



有料老人ホーム「長楽居」は、リゾート地として知られる中国・青島市の郊外、高級住宅地開発地域に位置しています。館内にはプールやフィットネスジム、24時間医師常駐のクリニックなど様々な施設を併設している、27階建て・161室の施設です。スタッフは日本の研修で接客術を学び、対応や食事メニューに至るまで「ホテルのようなきめ細やかなケアサービス」を実現しています。

**健康面だけでなく、精神的にも衰弱**

今回の国際学会では、そんな長楽居にお住まいのO様の物語が発表されました。O様は81歳の男性で、若い頃は新劇俳優として活躍していました。工作や作詞・作曲が得意で、歌を歌うことが大好きな明るいお方です。

しかし、2010年、パーキンソン病と診断されました。次第に病は進行し、身体障害、言語障害、生活機能障害がみられるようになり、ご家族は他の都市で仕事をされているため、O様は一人暮らし。病気に加え、その孤独から健康状態のみならず精神状

態まで悪化していったのです。

**ライフコーディネーター、リハビリ師、心理カウンセラーでチームケア**

そこで、2017年6月、長楽居へご入居されることになりました。まず、O様のニーズに対応するライフコーディネーターを配置し、生活全般にわたる全面的な介助を行いました。さらに、リハビリ師が生活自立度に基づいてリハビリ計画を作成。それに基づいた的確なリハビリにより、嚥下障害、言語障害が改善され、ライフコーディネーターの介助があれば室内で歩けるようになり、自給自足もできるようになりました。しかも、

認知能力が向上し、パーキンソン病の病状が改善されたことも認められたのです。

精神状態にも不安があったO様のために、スタッフは専門の心理カウンセラーも探しました。うつ・不安などの症状も改善され、今では積極的に他の方々と交流されるようになられたといえます。うまく意欲を引き出し、ホームで定期的に開催されている娯楽イベントにも参加されるようになった。ある年の中秋親睦会ではO様がホームのために作詞作曲して自ら歌われたこともあったそうです。お客様の趣味に合わせた音楽や芸術な

この事例により、ロングライフの「GFC」が中国でも有効なサービスであると確信しています」と締めくくられました。

**中国でも有効なロングライフのGFC**

発表者である崔さんは、「中国でも高齢者サービスを重視しています。初心を忘れず、『お客様の満足を越える』ために、ご自宅で暮らすような環境と真心を込めたサービスを提供できると確信しています」と締めくくられました。

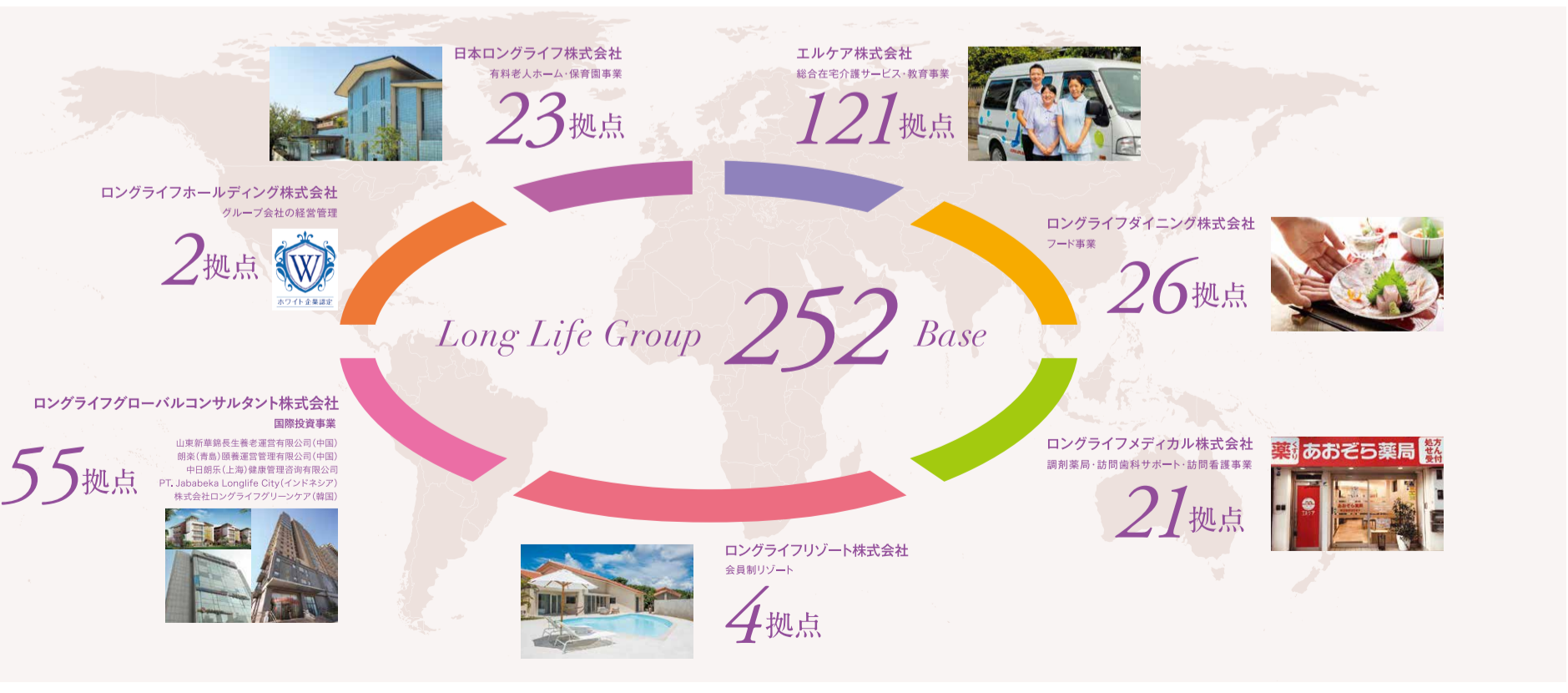
一、提供高品質のサービス 高いサービスを提供する

二、美好生活感覚 GFCの実践

三、参加GFC活動 イベントへのご参加

### その他の発表事例(発表順)

- エルケア株式会社(在宅介護事業)  
船橋訪問入浴センター「グローバル入浴」
- ロングライフダイニング株式会社(フード事業)  
「ロングライフダイニングのSDGs」
- ロングライフグローバルコンサルタント株式会社(国際投資事業)  
韓国「東叔(トウシユク)の歌に愛を込めて」
- [特別発表]  
ロングライフグローバルコンサルタント株式会社(国際投資事業)  
インドネシア「ゴールデンエイジングの将来へ」
- 日本ロングライフ株式会社(有料老人ホーム事業)  
グループホームみなせ「やりがいこそ輝き」
- ロングライフメディカル株式会社(医療関連事業)  
神戸訪問歯科サポート「妻の音が聴きたい」
- [特別発表]  
ロングライフリゾート株式会社(会員制リゾート)  
コーラルテラス石垣島「Private Wedding」





# 「ひきこもりからの脱出 ～希望あふれる2つの我が家～」

発表者 岡本 篤子

エルケア株式会社  
ローズガーデン生野小路(大阪府大阪市)

最優秀賞



「ローズガーデン生野小路」は、小規模多機能型住宅介護施設です。住み慣れた自宅を拠点に、掃除・料理・買い物など生活のさまざまなシーンをサポートする訪問介護サービス、入浴やお仲間との食事、おしゃべり、アクティビティの時間を楽しく過ごすデイサービス、短期間の宿泊で食事や服薬管理など日常生活のお世話を行うショートステイを組み合わせ、在宅介護を支援しています。

**友人とのお別れで  
ひきこもり状態に**

今回の発表では、95歳の一人暮らしの女性、S様の事例が紹介されました。長年同居していたご友人との突然のお別れをきっかけにひきこもり状態になられました。もともと心臓疾患や高血圧などの持病がありましたが、喪失感から認知機能の低下も進行。大量物品購入依存症もみられ、離れて暮らす家族の様子を見に来るとは、冷蔵庫に入りきらない食品を持ち帰っていたとおっしゃいます。施設のスタッフが初めて訪問した際

も、ペットボトルが70本以上ありました。ごみの分別ができず近隣から苦情が出ており、屋外での転倒リスクもありました。ご家族は、お薬を飲んでいないか、食事は食べているかと心配が尽きず、ローズガーデンに相談されたのです。

**同じスタッフが担当し  
信頼関係を構築**

人見知りのS様は当初、

手先を使うアクティビティをご提案  
自治会主催のイベントにもご参加

サービス開始から22日後の変化  
お買物と同時期に365日休まずご所属  
1日1食施設でお食事  
買い物依存から脱却  
ごとはスタッフが持ち帰り、食事も清潔  
ご家族のつくりと積極的にご参加  
役割のある毎日  
A member in life

施設にお入りする際  
After dinner when take her home  
私は今、昼と夜で別の自宅と  
家族が増え、今が一番幸せ。  
ありがとうございます。  
I have a daytime home and a nighttime home. I have  
more additional family members of mine.  
I've never been happier in my life than I am now.  
Thank you.

ローズガーデン生野小路にて  
お友達と過ごされる高齢な笑顔のS様

先を使うアクティビティ  
をご提案。今もマスクや  
ポーチづくりを楽しまれ  
るなど、充実した毎日を  
お過ごしです。毎日3  
食、皆さんと施設で取ら  
れ、夕食後にご自宅にお  
送りする際、S様から  
「私には昼と夜、2軒の  
自宅と家族がある。だか  
ら、今が一番幸せ。あり  
がとう」との言葉をいた  
だくそうです。



**地域と一緒に  
自立生活を支援**

「地域の方々とともに、お客様全員が心地よくその方らしく生活していただけるよう、GFCを実践していきます」と発表者の岡本さん。

お一人おひとりに寄り添う対応はもちろん、近隣スーパーや自治会の協力を得るなど、地域密着型施設の特徴を生かした取り組みが印象的でした。



## 熱い発表の数々に、審査員の皆さまからも称賛の声が!



ファッションデザイナー  
コシノ ジュンコ様

「高齢化社会において大変重要な役割を担っておられると感じました。施設はもちろん、周りの理解や細かい配慮が必要だと改めて感じました」



藤原 美智子様

「どのグループも一人ひとりに寄り添い、きめ細やかなケアをされていることに感動しました。お客様も大きな幸せを感じていらっしゃるでしょう」



中馬 弘毅様

「お客様の立場でさまざまなアイデアを出しながらサービスを展開されていることがよく分かりました。海外でも大きな参考になると思います」



久保田 トミ子様

「高齢期にどこでどのように暮らすかというのは長寿社会の重要な課題です。さまざまな実践活動を通して「老いるのが怖くない」と感じました」



岡本 和久様

「発表の中に、地域に働きかけて支援を実践している事例が数々あり、地域共生のための取り組みをまさに実践されていると感じました」



岡本 依子様

「コロナ禍でいろいろ大変でしょうが、それを全く感じさせず、お客様第一で取り組まれている姿勢に感動しました」

## 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。

**37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。  
私たち日本ロングライフは、  
業界のリーディングカンパニーです。



**育成**  
おもてなしの人財が、  
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  
ノウハウを  
世界へ。

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

社員人数

2,495名

(2021年7月末現在)

お客様の人数(日本/ホーム・在宅)

ホーム  
714名

在宅  
10,777名

11,491名

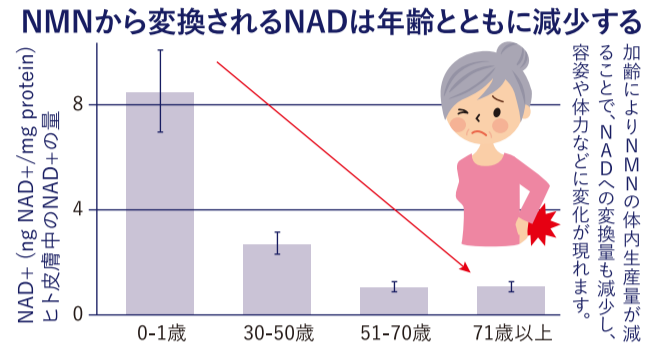
のお客様にご利用  
いただいております

(2021年7月末現在)

健康  
コラム

健康・若々しさを支える  
生活習慣とは

ふとした拍子に「年を取ったな…」と実感する、という方も少なくありません。では、「年を取る」とはどういうことなのでしょう。いつまでも若々しく元気であるためにはどうすればいいのでしょうか。



生活習慣の改善と「NMN」の補給が健康長寿への近道

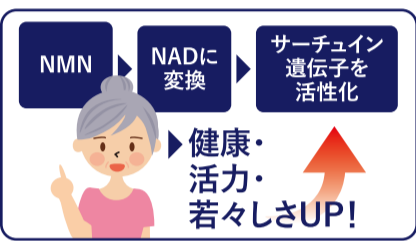
**平均寿命と健康寿命には10年前後の差が**

日本は、世界トップクラスの長寿国。しかし、「平均寿命」と「元気に自立して過ごせる健康寿命」には平均9〜12年の差があります。

加齢は体にも心にも変化をもたらします。血流の悪化、筋肉量や骨密度の減少、味覚の鈍化、聴力・視力の低下のほか、記憶したり思い出したりが苦手になったり、頑固になる、保守的になる、自身の健康状態への関心が高まるなど心理的な変化も生じるとされています。それでも、世の中にはいくつになっても若々しくアクティブなお過ごし方のシニアがおられます。この差はどのように生まれるのでしょうか。

まずは、日頃の運動や食生活などの生活習慣が大きく影響している。とは言うまでもありません。筋肉を維持し、必要な栄養素を摂って、体内バランスを整えることが、病気やロコモティブシンドロームの予防、つまりは健康寿命の延長につながります。

また、人間の老化や寿命には「長寿遺伝子」の異名を持つ「サーチュイン遺伝子」が関係しています。この遺伝子を活性化させることも、健康長寿への



ロングライフが自社開発NMNでアクティブライフを応援



NMN純度99%以上  
ロングライフの自信作

「NMN」は最先端の次世代型エイジングケア成分として、世界中の専門機関で研究が進められており、「健康長寿に！」「若さと美しさに！」とテレビや雑誌などメディアも注目しています。

そんな話題沸騰中の「NMN」を効率よく手軽に補給できるのが、石黒伸医師監修のサプリメント「ロングライフNMN」です。

高品質で高吸収  
安心と信頼の国内産

成分を極小サイズにナノ化することで、浸透率・吸収率を高めたNMNを、1粒で100mg補給可能。医師監修・NMN純度99%以上・国内産原料・国内製造という、品質と信頼性の高さでも好評です。「お肌の調子がよくなった」「朝までぐっすり眠れるようになった」「小さな文字を読むのも楽になった」など実感の声多数。左記の二次元コードからのWEBサイト、またはお電話でお申し込みください。



医師 石黒伸氏  
長寿医学を専門とし、フレイン・ヘルスの第一人者。オーガニック食にも精通。

「超長寿と若返り研究 いまわかっていくことのすべて」  
人生120年時代が5年後にやってくる

▲雑誌などで取り上げられ注目が集まる「若返り」成分NMN

リピーター多数!!

LONG LIFE NMN 1ヵ月分(60粒入り) 特別価格 37,800円(税込)

LONG LIFE 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)

お申し込み・お問い合わせ 0800-919-4182

「芦屋食ぱん」  
3店舗グランドオープン!

昨年10月10日(日)、ロングライフディング株式会社「芦屋食ぱん」寝屋川店、香里園店、牧野店の3店舗を同時にオープン。北海道産&長野県産の小麦粉と北海道産四つ葉バター、水素水を使用して職人が毎日丁寧に焼き上げた食ぱんは、早くも大人気です。

ちみつ、防腐剤不使用  
お子様も安心です。  
プレインな「芦屋食ぱん」や「プレミアムリーズン」、「チーズ食ぱん」など、食卓を彩る食ぱんは

Health & Natural Beauty  
ロングライフファーマセウティカル株式会社  
TEL.06-4709-0012 大阪府大阪市北区堂山町1-5 三共梅田ビル6F

- 寝屋川チャオパルコ店  
大阪府寝屋川市 太泰緑が丘28-8  
ロングライフタウン 寝屋川公園内  
営業時間/9:30~17:30  
定休日/月曜日
- 香里園店  
大阪府寝屋川市 香里本通町10-22  
営業時間/10:00~14:00  
定休日/月曜日
- 牧野店  
大阪府牧野市 牧野阪2-5-13  
営業時間/10:30~19:30  
定休日/月曜日

カラフルでおいしい  
新メニュー続々登場!

有機栽培コーヒーと食ぱんのお店「kukuna cafe」(ククナカフェ)では、高級食ぱん専門店「芦屋食ぱん」の食ぱんを使った、「フルーツたっぷりフレンチトースト」や「エッグベネディクトオープンサンド」などハワイアンメニューが登場!

その他、同店オリジナルのスティックオープンサンドや、材料は全て北海道産という特製ポスタージュやフロマージュなど、自慢のメニューが揃っています。薫り高いコーヒーとともにぜひ。

kukuna cafe  
大阪府寝屋川市香里本通町10-22  
営業時間/11:00~16:00  
「芦屋食ぱん」の焼きたてパンをカフェでいただくことが可能に

# ココロとからだすこやかライフ

## 健やかに保つための ココロを 知識

### 知っておこう 「解離性障害」

NPO法人 日本いきいきらいふ協会 副理事長 竹内裕司

「解離性障害」について  
解離という聞き慣れない言葉ですが、これは「過去の記憶同一性と直接的感覚の意識そして身体運動のコントロール



東京農業大学総合研究所 研究会会員  
文部大臣賞受賞・園芸 藤井登起男

### 花茶はエキスが体に良いと伝えられる

一方、花茶は花びらを乾燥し湯でエキスを抽出し飲まれています。なお、花茶は「目の疲れに良い」という口伝が広がり、その機能性を売りにしています。

一方、花茶は花びらを乾燥し湯でエキスを抽出し飲まれています。なお、花茶は「目の疲れに良い」という口伝が広がり、その機能性を売りにしています。

茶溶液中クロロフィルの褪色の抑制には、加熱に対しては、抗酸化剤としてカタキン・β-カロテン（ビタミンA）・L-アスコルビン酸（ビタミンC）・酢酸トコフェロール（ビタミンE）を緑茶の水溶液に添加し加熱と紫外線による影響を実験で

いずれにせよクロロフィルは褪色するので、最初から茶褐色の緑茶水溶液であれば味に影響はないと考えます。また、クロロフィルの機能はまだ解明されていませんが、クロロフィルを残すには抗酸化剤を添加し、光のおおらない乳白色の容器を使い、冷暗所に保管することが望ましいと思われま

日本では慶事に使用する「さくら茶（さくらの花茶）」と「菊花（食用菊の花茶）」があります。さくら茶は一般に八重桜の花びらを塩漬けし、湯に入れて飲みます。

最近では八重桜の花びらを砂糖漬けにし、少しクエン酸を入れ、その後凍結乾燥したものを湯の中に投入、香りを出すのも花のエキスを茶として飲まれています。一方、菊花

これら花茶は、さくら茶の場合、塩漬け・砂糖漬けという一種の乳酸発酵法を用いて、さくら花のエキスを茶として飲まれています。

緑茶をはじめ、緑黄色野菜には必ず色素としてクロロフィルという成分を持っています。緑茶は最初に青黄色から茶褐色に変化していくが、これはクロロフィルの減少か、あるいは酸化されることが原因とされています。

光に関しては、照射1時間後から減少が始まり4時間後では90%以上が減少されました。従って、緑

光に関しては、照射1時間後から減少が始まり4時間後では90%以上が減少されました。従って、緑

### さくら茶や菊花は慶事にも用いられる

最近では八重桜の花びらを砂糖漬けにし、少しクエン酸を入れ、その後凍結乾燥したものを湯の中に投入、香りを出すのも花のエキスを茶として飲まれています。一方、菊花

これら花茶は、さくら茶の場合、塩漬け・砂糖漬けという一種の乳酸発酵法を用いて、さくら花のエキスを茶として飲まれています。

緑茶をはじめ、緑黄色野菜には必ず色素としてクロロフィルという成分を持っています。緑茶は最初に青黄色から茶褐色に変化していくが、これはクロロフィルの減少か、あるいは酸化されることが原因とされています。

光に関しては、照射1時間後から減少が始まり4時間後では90%以上が減少されました。従って、緑

光に関しては、照射1時間後から減少が始まり4時間後では90%以上が減少されました。従って、緑

光に関しては、照射1時間後から減少が始まり4時間後では90%以上が減少されました。従って、緑

間の正常な統合が一部または完全に失われた状態」と定義されています。

多くの心の病は防衛機能が過剰に働いた結果と言えま

解離性障害はそのような働きのため、統一性のある意識や記憶がバラバラになり、まとまりを失ってしまうこと

解離性健忘 健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

分りやすく言えば、統一性のある意識や記憶がバラバラになり、まとまりを失ってしまうこと

解離性健忘 健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

解離性健忘とは、最近のことや昔のことをまったく覚えていない

### 葉が動くのは水分の消耗補給調整

植物の動きはすべて目的を持っていて、よく観察するとおもしろい。

植物の動きはすべて目的を持っていて、よく観察するとおもしろい。

肥料には色々な種類があり、リン酸、カリウムを肥料の三要素と言

また、オジギソウのように刺激を与えると葉を閉じる動きをする。

肥料とは、作物を栽培すると収穫に伴い無機養分が土壌中から運び去られるので、長期間作物生産を維持し、また拡大させるために外から無機養分を土壌に添加しなければ

特にダイコンの葉は昼間は水分の蒸発を防ぐために葉を開き表面を上向きにする（一般に葉の表面のクチクラ層を上向きにする）、夜は少しでも夜露を吸収したために葉を垂直に近い状態にする。

肥料とは、作物を栽培すると収穫に伴い無機養分が土壌中から運び去られるので、長期間作物生産を維持し、また拡大させるために外から無機養分を土壌に添加しなければ

矛盾したことを言うが葉っぱは自ら動くことができる。それは昼と夜では葉の芳香が変わる。

植物の生長に欠かせない無機栄養源は肥料である。

植物は自ら移動することが出来ないが、動くことは出来る。

植物の無機栄養についてー肥料ー

葉は目的を持って動く



その5 青山健一郎 植物コメンテーター

みどりの色 植物に対する知識を広める



聖なる湖を眼下に、山々の美しい稜線を一望

# 芦ノ湖と山々が織りなす 絵画的絶景に感嘆

箱根別邸

ゆったりとした時の流れに身を任せ、感動の経験に心洗われる…。会員制ホテル「箱根別邸」を拠点に、そんな旅を味わいませんか？



絶景を前に「何もしない」幸せを堪能



各棟の露天風呂では名湯と景色を満喫



木の香り漂う、広々とした和モダンの客室



「箱根別邸」は美食家にもお薦め。本館奥のレストランには「囲炉裏方ウンター」があり、料理長が目の前で新鮮な魚やオーガニック野菜などの厳選素材を焼いてくれる「囲炉裏コース」が人気です。ときリゾートの中でも、料理長との会話を

楽しみながら臨場感あふれる調理過程を間近で見られるのは、箱根別邸だけ。料理長は「身土不二（しんどふじ）」をモットーに、富士山の水でいかにおいしさを引き出すかを日々研究。味噌・漬物・だし・ドレッシングはすべて手作りする。

さて、「箱根別邸」を拠点に、ちよっぴり足を延ばしてみよう。「箱根別邸」から車で約30分、富士山南麓に位置する三島は、富士山の恩恵を受けて「水の都」と呼ばれています。東海随一の社格、源頼朝ゆかりの「三嶋大社」や、富士山の絶景を拝める日本最長の歩行者専用吊り橋「三島スカイウォーク」、日本百名城選定の国指定史跡「山中城跡」など、見所満載。多彩な楽しみ方ができる街といえるでしょう。

## 厳選素材を 極上の技でいただく

## 自然の恵みを五感で 情緒あふれる三島



素材にこだわった料理も、箱根別邸の魅力

くなど、徹底したこだわりが感じられます。レストラン横のラウンジスペースではゆったりとコーヒーをいただくこともできます。箱根別邸の美味が極上の幸せを運んでくれることでしょう。

箱根は、温泉はもちろん、パワースポットでも有名です。開運をもたらす神様として信仰を集める箱根神社は、関東屈指のパワースポットといわれています。この箱根神社と箱根元宮、九頭龍神社（本宮）は箱根の中でも最強のパワースポットとされ、これらを全て参拝する「箱根三社参り」が人気です。また、芦ノ湖上には「平和の鳥居」が建ち、その巨大な鳥居に向かって石畳が伸びる光景は幻想的です。清々しい気が漂う「聖域」と呼ぶにふさわしい箱根は、散策しているうちに、どんどん心が浄化されていくでしょう。

## パワースポットが点在 神々が宿る箱根

## 芦屋食ばん「皇寿」 試食モニター 10名様募集

芦屋食ばんの職人が、全国から最高級の原料を取り寄せ、丁寧に焼き上げる「皇寿」。生食でも焼いてもおすすめです。この度、試食モニターを募集します。

小麦粉	北海道産「キタノカオリ」
バター	岩手県産なかほら牧場のグラスフェッドバター
水	神戸六甲布引の水
塩	沖縄県産のミネラル豊富な「ぬちまーす」
糖	徳島県産阿波和三盆糖
生クリーム	北海道産

定価 13,800円のところ 8,000円(税込)

郵便番号・住所・氏名・電話番号を明記の上、下記宛先までご応募ください  
申し込み締切/2021年12月24日(金)  
当選者には直接ご連絡させていただきます

お申し込み・お問い合わせ

日本ロングライフダイニング株式会社 ☎06-4709-0012  
〒530-0027 大阪市北区堂山町1-5 三共梅田ビル6F  
日本ロングライフダイニング株式会社「皇寿試食モニター募集」係

## 第1回 ロングライフ「写真コンテスト」募集 テーマ「人生100年時代 ~Happy Life~」

ロングライフでは「第1回 ロングライフ写真コンテスト」の開催にあたり、写真を募集しています。「人生100年時代を素適に生きる。歳を重ねるほど、もっと自由で楽しくなる人生」が表現された作品をお待ちしています。入賞作品はロングライフタイムズの紙上で発表いたします。

応募締切/2022年1月10日  
応募資格/人生100年時代が楽しみな方、楽しんでいる方  
プロ・アマチュア、年齢、性別、国籍を問わず、どなたでも応募できます

応募点数/お一人様1点  
応募内容/テーマ「人生100年時代 ~Happy Life (ハッピーライフ)~」

### □応募方法

- 郵送で、下記をご明記の上、お申し込みください
- ①郵便番号・住所・氏名・電話番号・ご返信可能なメールアドレス
  - ②作品の題名
  - ③作品に関するひと言メッセージ、今後の目標

### □郵送

〒530-0015 大阪市北区中崎西2-4-12 梅田センタービル25F  
日本ロングライフ株式会社「人生100年時代 写真コンテスト」係

- 封書にて、1~3をご明記の上、写真プリントをご送付ください。
- サイズはL版、またはKG(ハガキ)サイズ程度。写真が折れないように、保護紙を入れるなどしてください。
- ※ご送付いただいた写真は返却できません。ご了承くださいませ。

【注意事項】合成などの加工を施した写真、撮影会等の演出された写真はご遠慮ください。応募作品は、著作権などの権利のすべてが応募時点で応募者に帰属するものに限ります。いただいた個人情報は、ご氏名と年齢を発表時に公表させていただく以外非公開とし、入賞者への連絡、プレゼントの発送以外には使用いたしません。

# SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

ロングライフグループの

## SDGsへの取り組み

ロングライフグループは国連が掲げるSDGs(持続可能な達成目標)を達成するために今後も進んでまいります

「日本の介護をサービス業へ、そしてノウハウとチャンスの世界へ」

国際機関を通じた海外支援共同事業

◇経済産業省(技術協力活用型・新興国市場開拓事業)

『インドネシア介護福祉士制度導入支援』

日本の介護福祉士資格制度をモデルにインドネシアへ介護福祉士(国家資格)の資格制度を導入する。

〈プロジェクトチーム〉

日本:経済産業省、一般財団法人海外産業人材育成協会(AOTS)、広島国際大学、ロングライフグループ

インドネシア:社会省、保健省、BNSP、

ASLI(インドネシアシニアリビング協会)レスパチア大学、インドネシア大学



日本で日本の介護福祉士制度を学ぶ産業官プロジェクトメンバー

◇アジア健康構想におけるERIA研究調査(東アジア・ASEAN経済研究センター助成事業)

〈研究内容〉

日本の摂食嚥下ケアがインドネシアのそれとどのように異なるのかその理由を探るとともに、日本の摂食嚥下ケアの技術をインドネシアに移転する可能性について研究調査をする。

〈研究チーム〉

国際機関:ERIA(東アジア・ASEAN経済研究センター助成事業)

日本:長崎大学、清泉女子大学、日本農業研究所、千葉大学、

中部大学、星城大学、静岡県立大学、ロングライフグループ

インドネシア:レスパチア大学、インドネシア大学



インドネシアで日本の介護福祉士制度を学ぶ産業官プロジェクトメンバー

◇技能実習生を積極的に受け入れ

アジア諸国より特定技能外国人の受け入れを行い、ケアサービスの国際貢献を通じ、アジアのひいては世界の平和に貢献する。

◇ハンガーゼロ活動への参加

日本国際飢餓対策機構が取り組む、ハンガーゼロ活動に参加。チャイルドサポーターとして、世界の子供たちから学びの道を閉ざす飢餓・貧困を克服するチャンスをも、一人でも多くの人に届けてもらうための活動に協力しています。



ハンガーゼロ活動に参加

# 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.6

第2章「介護はサービス業」

その1「木村と佐藤」

関西福祉ケアサービス株式会社の設立は1986年9月。介護保険制度の施行は、その3年半後の2000年4月のことである。その当時の訪問入浴のサービス料は一回一万五千円。会社から遠い地域によっては二万円以上になることもある。利用したくても普通の家庭の財政では負担が大きすぎる額である。こんなに喜んでもらえるサービスなればこそ、必要とする人みんなに届けたい。だからなんとかして、自治体の委託事業としてこの仕事を進めたい。それが2人の一致した思いであった。

佐藤は関西の自治体を回って、訪問入浴サービス事業の必要性を説いて回った。しかし、どの自治体の役人も取り合ってくれない。訪問入浴サービスがどういったものであるのかを知らずともしない。31歳の若者の情熱は、行き場の無い悔しさに、打ちひしがれた。

「この仕事は絶対続けなければあかん。続けると決めたんや。そのためにできることは、何でもやる。給料ゼロでもええ。お前と一緒にやってく。木村は、佐藤を励まし続けた。

佐藤の無鉄砲さは、木村もおおくわかっていて。そして、その情熱は、いつも他人を喜ばせ

るため、困っている人をほうっておけないという止めようもない使命感から来ていることも理解していた。ならば自分は、佐藤という稀有の人間を支えることに徹していい。木村の腹はどっくに決まっていた。

ふたりは社員給料を支払うために、本業では無い副業を数多くやることになった。便利屋、露天商、宝くじ売り場、たこ焼き屋、うどん屋、ガードマン…。どんな仕事をするにしても、次々と新しいアイデアを出してくる佐藤。水を得た魚のように、それは、人を喜ばせ、楽しませ、まとを射て、本業よりも順調であった。そして、それ

が、木村には面白くて面白くて仕方なかった。31歳、独身の木村は、佐藤の姿から、働くことの喜びを得ていた。

「なあ、マアちゃん。一夜勤明けの警備の仕事を終えて帰りかけた時、佐藤が呼び止めた。珍しく、昔の呼び方で話しかけられて、木村は一瞬めんくらった。

「どうしたんや、シンちゃん」木村も、友人としての呼び名で返した。

「ん、最近な、小学校時代のこと思い出してな。俺って変わってるやろ。自分はひとと違う人間で、ひとと違う生き方をしたいと思うってたんや。そしてそう生きてきた。そやけど、どうしようもなく不安になることがあってな。人と違う生き方をして、野垂れ死にするようなことになるかもしれない。小学生でそんなこと考えてたんや。ふと思いついても黙って佐藤の話聞いていた木村はこりと笑って言った。

「佐藤は絶対に野垂れ死になんかせえへんわ。だって働くことが好きやん。こないに動き回って、働いてる人間は、野垂れ死にしたくてもでへんぞ。」

「いや、俺がさせへん。木村は、自らに言い聞かせるようにつぶやいた。つづく

## 健康ひとちメモ

管理薬剤師さんからの

うがい励行

今大切な手洗い・マスク・手指消毒、そして風邪の予防にも効果のある「うがい」のお話。

歴史を遡ると既に平安時代から口腔清掃の手段として、うがいは千年も続いている行われてきました。効果が示されてきたのは最近のことですが、うがいは口の中を洗い流すだけでなく、潤いを保ち細菌を外へと追い出す繊維運動が衰えるのを防いでくれます。ポイント

は、まず口に水を含んで強めに「くちゅくちゅ」。口の中の食べかすや有機物を吐き出し、次に上を向いて15秒ほど喉の奥まで水が入るよう「がらがら」して終わりです。

うがいの語源は「鶺鴒」。口臭・虫歯予防効果も期待して、帰ったら喉を「がらがら」うがいの習慣を作りましょう。

## 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12月31日(当日消印有効)

ヒルズテラス函館 くりりんポタージュ 3名様



リゾートホテル「ヒルズテラス函館」のレストラン「函館モンジェリー」の料理長、半洲毛シェフの創作。甘くて濃厚な地元産の「くりりんカボチャ」他、全て北海道産の材料で丁寧に作られたスープは味に深みがあり、濃厚なのに口当たりは非常に滑らか!

### 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 1月号」係



材料(4人分).....

- 鮭の切り身... 4切れ
- 塩コショウ... 少々
- A(衣用)
  - 粉チーズ..... 30g
  - パセリ(みじん切り)... 3g
  - トマトソース..... 200g
  - アスパラガス..... 2本
  - 塩..... アスパラを茹でる用

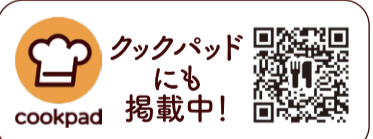
## 管理栄養士さんからの 今月のレシピ

### 鮭のムニエルイタリア風

- ① 鮭の切身に塩こしょう、Aの衣をまぶす。
- ② フライパンで両面を焼く。
- ③ アスパラガスを塩茹でする。
- ④ トマトソースに火を入れて皿に敷く。
- ⑤ トマトソースの上に鮭のムニエルを置く。
- ⑥ 塩茹でしたアスパラガスをカットして飾る。

### 栄養士のひとちコメント

トマトソースは味付きなのでフライパンの温度を少し低めにして軽く火を入れて使用してください。



## Heartful Massage

単立・西宮北口聖書教会 主任牧師  
ロングライフ若菜園 芦屋別邸・  
ロングライフつば公園 チャレン

### 菅原 義久

日本の正月の起源はイスラエルの「過越祭」といふ説があります。過越祭は、エジプトで奴隷にされていたイスラエル人(後のユダヤ人)たちが、神から遣わされた指導者モーセに率いられて脱出したことを記念する祭。この時食されるのが【種を入れられないパン】です。このパンはパン種(イースト)を入れずに焼くパンのこと。エジプトを脱出する際、急いでいたために生地を発酵させている暇がなく、種なしパンしか食糧として用意できなかった出来事を表しています。

一方、稲作文化圏である我が国で、パンの代わりに米で同じようなものを作るとしたら餅が相当しますが、種なしパンのことをヘブライ語で「マツァ」複数形で「モチ」といいます。また、日本では餅を重ねて「鏡餅」が供えられますが、過越祭でもマツァは重ねて食卓に供されます。実は、二つの国の文化を比較すると多くの類似点があり、意外に聖書の神は、日本人にとって身近な神なのかもしれません。

この月はあなたがたの第一の月であり、一年の最初の月である

出エジプト記12章2節

特別座談会

静岡市 × 札の辻クロス × ロングライフ・クイーンズ 静岡呉服町

「移住したい県」第1位\* 静岡で、健康長寿・生涯活躍の人生を

\*認定NPO法人ふるさと回帰支援センター調べ(2021年)



ロングライフグループでは、創業当初より、施設内に何でも揃えてしまうのではなく、一歩出れば何でも揃う便利な街中にロングライフを作りたい、社会とつながりながら元気にアクティブに自由に暮らせる環境をご提供したい、そう思いながらホームを作り続けてきました。この理想に、静岡市のビジョンが合致！共に協力しながら取り組んできた静岡市保健福祉局長寿局の山本哲生理事、札の辻クロスホールの中村敏行支配人、ロングライフ・クイーンズ静岡呉服町の鈴木順子支配人が、3年間を振り返りました。

まちなか暮らしで叶える「生涯現役」

鈴木 ロングライフは、これまでの生活はそのまま、自由に人生を楽しみ、将来、方が一介護が必要になった場合でも安心、そんな住まいを目指してきました。年を取ったからおとなしく暮らす、というのは違うと思うんです。日々アクティブに楽しむには、活気のある便利な街中であってこそ！静岡市の『生涯活躍のまち静岡(CCRC)』の取り組みを聞いて、これだ！と思いました。

山本 本市のCCRCは、首都圏等の元気なシニア等が本市のまちなかなどに移住し、地域住民と交流しながら健康でアクティブな生活を送って頂き、必要

に際して医療・介護を受けられることができる「まちなか暮らし」を進める事業です。



山本 哲生  
静岡市 保健福祉局長寿局 健康福祉部 理事(健康福祉担当) (福祉総務課長事務取扱)



札の辻クロス



6階札の辻クロスホール

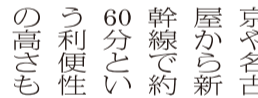
好奇心を刺激する 楽しみに満ちた街

中村 6階の札の辻クロスホールでは日々コンサートやセミナーなどが開かれており、地域交流拠点の一つになっています。ホールでイベントを開くことで街に人を集め、参加された方々が呉服町名店街でお買い物される。当ホールには商店街振興の役割もあるんですよ。



山本 哲生  
静岡市 保健福祉局長寿局 健康福祉部 理事(健康福祉担当) (福祉総務課長事務取扱)

鈴木 同じ建物内に文化施設があって、階移動だけでコンサートやイベントを楽しめるというのは恵まれていますよね。デパートも目の前ですし、商店街にはさまざまなお店があって見て歩くだけでも楽しいと喜ばれています。傘をささずでも行けるので、ランチやジム通い、お買い物など、お部屋にいらっしやる暇がないほど充実した毎日をお過ごしです。大きな病院も救急車より直



中村 敏行  
札の辻ビルマネジメント株式会社 札の辻CROSS HALL 支配人

鈴木 体験して実際に移住された方も多く、市の事業にお役に立てているのはいまも嬉しいですね。東



葵おまち暮らし体験



ロングライフ・クイーンズ 静岡呉服町エントランス

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



四季折々の花々が咲き誇る玄関アプローチ



レストランテラスからの見晴らしは最高

好アクセスだからアクティブにエンジョイ！ 東急田園都市線



約6分 アクセス/東急田園都市線「宮崎台」駅より徒歩約6分



居室は上品で落ち着いたデザイン

人生を輝かせる 1ランク上のまちなか生活

山本 移住促進では、ロングライフさんにお借りしたお部屋に滞在して本市の良さを体験してもらった「葵おまち暮らし体験」も好評です。



四季折々の花々が咲き誇る玄関アプローチ



レストランテラスからの見晴らしは最高

好アクセスだからアクティブにエンジョイ！ 東急田園都市線



約6分 アクセス/東急田園都市線「宮崎台」駅より徒歩約6分



居室は上品で落ち着いたデザイン



鈴木 順子  
日本ロングライフ株式会社 ロングライフ・クイーンズ静岡呉服町 支配人

接行った方が近い、というくらい距離が近いです。お元気だな、としみじみ感じます。

ね。安心して好きなことをされている方々は心も体も

緑と水と風が友達 五感で四季を堪能

ロングライフ・クイーンズ宮崎台

最寄り駅の「宮崎台」から徒歩約6分。閑静な住宅街の高台に位置する「ロングライフ・クイーンズ宮崎台」は、中庭を囲むように設計されており、各居室は光であふれ、いつでも四季折々の景色を楽しむことができます。

居室は70㎡台、100㎡以上の2LDKや、約35㎡の広めの1Kなど広々としたキッチン、バスルームを備えた分譲マンション仕様。晴れた日には、リビングの大きな窓から富士山が見えるお部屋もあります。

大浴場の窓からは緑が見え、トレイルニングルームや酸素ボックス等も完備、小川のあるガーデンには季節の移ろいを感じられる植栽が施され、心地よい水音と草木の揺らぎに心が癒されます。

二子玉川やたまプラーザも近く、電車一本で渋谷にも出られます。医療機関との連携で健康面も安心。アクティブな毎日を堪能できます。



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

【定期購読】をご希望の方など、お問い合わせはロングライフグループ(☎0120-550-294)までお寄せください。