



ハートフルスマイルで 世界に通じるおもてなしを



由布院の神秘的な絶景が
身も心も溶かしていく...



日本屈指の温泉地に、7棟の貸し切りヴィラを有する「由布院別邸」。目の前に聖なる山、由布岳がそびえ、季節や時間によって表情を変える景色は、見るだけで心が浄化され、満たされていくのがわかります。名湯も美味も揃った贅沢な空間で、「何もしない時間」を過ごすのも粋。ゆったりとした時の流れに身を任せてみませんか。

≪8面につづく≫

【ときリゾート由布院別邸】

大分県由布市湯布院町川北字桃木1615-1
0120-140-142(9:00~18:00 年中無休)
アクセス:「大分空港」から車で約60分、
「別府観光港」から車で約30分、
JR「由布院」駅から車で約10分

介護業界で活躍する グローバルな人財を育成



「グローバル人財活躍推進チーム」の座談会での集合写真

ロングライフグループでは、常に「グッドフイーリング」を意識し、お客様に「ロングライフはこんなことまでしてくれるのか!」と感動していただけのサービスを目指してきました。国内にとどまらず、世界をも視野に入れて事業展開してきた

中で、介護業界において外国人人財は必要不可欠だと感じ、業界では先手を切って、外国からの技能実習生の受け入れを決めました。現在11名のグローバル人財が各現場で活躍中です。

グローバル人財の育成や活躍推進においても、全社をあげて大切に取組んだことで、受け入れから2年間で、実際に現場で活躍できる人財を輩出することができました。そのことが業界内でも高く評価され、一般社団法人全国介護付きホーム協会主催の「介護付きホーム」経営者セミナーにも招聘され、事例発表を行いました。

これからの介護業界発展に役立つ事例を積み重ねていけるよう、様々な角度から挑戦を続けま

≪2面につづく≫

グローバル人財は、 これからの時代を担う、大切な戦力



「グローバル人財活躍推進チーム」の座談会の様子

グローバルな声に 耳を傾ける

2017年に、外国人に介護職種が追加されたの技能実習の適正な実施及び技能実習生の保護に関する法律（技能実習法）が施行され、外国人技能実習制度の対象職種

外国人技能実習制度に「介護」職種が追加されて4年、特定技能「介護」が開始されてもまもなく3年になろうとしています。そんな中、ロングライフグループではすでに、新卒採用、留学生、技能実習生、特定技能実習生として、中国、ミャンマー、インドネシア、ベトナムからのグローバル人財が活躍しています。介護業界の経営者セミナーで事例発表をするなど、着々と歩み続ける「グローバル人財の育成」について、ご紹介したいと思います。

来て働いてほしい」との想いで、受け入れの環境づくりに力を注ぎました。

第一期生としてやってきたのは、ミャンマーからの技能実習生6名でした。現地では会社説明会や日本語・実技の研修だけでなく、家庭訪問を実施し、職場の社員による自作のビデオレターを見てもらうなどして、ロングライフで働くことをご家族にもご理解いただく配慮しました。

温かい気持ちで指導 熱い気持ちで成長

ついに2020年1月28日、現地での実習を終えた6名が来日。最初は



一人ずつ違う場所に配属され、慣れない環境に苦勞もありましたが、各受け入れ先の根強い指導と手厚いサポートの甲斐あって、仕事や環境にも慣れていきました。

「当初、ロングライフグループの社員に、グローバル人財の方が普段の生活で使うための新品・美品の洋服やバッグ、日用品などを募ったところ、一度に段ボール

き、安心してもらえるよう配慮しました。

ミャンマー滞在記

2019.10 ミャンマーでの研修



2018.12 ミャンマーでの面接(6名採用)



2019.10 ミャンマーでの家庭訪問



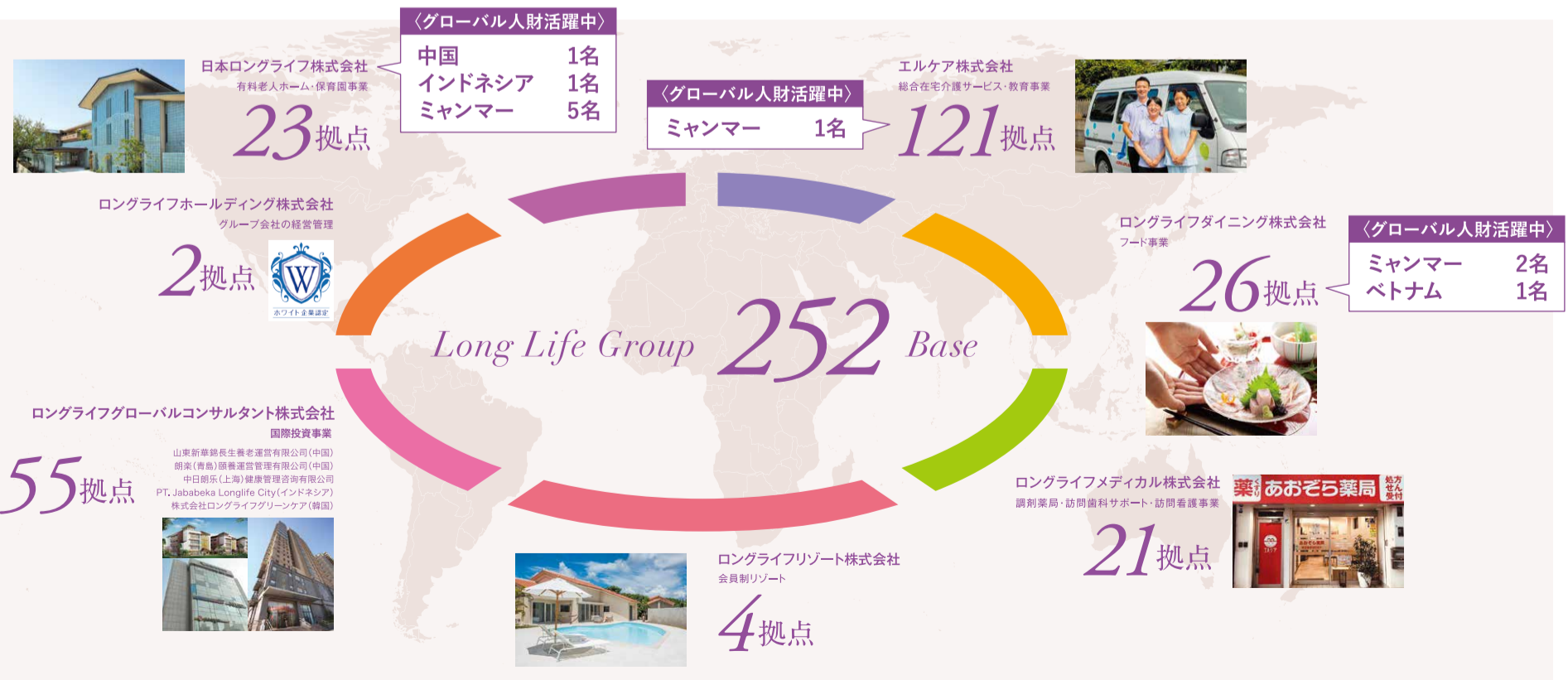
2019.10 ミャンマーでの家庭訪問



入社時の研修の様子

チーム・採用研修グループ担当の櫻井さん。

現在は、ミャンマー8名、中国・インドネシア・ベトナム各1名がグローバル人財として、ホームやデイサービス、セントラルキッチンと様々な場所で、日々仕事に邁進。グローバル人財から、「ロングライフ国際学会」で発表し最優秀賞を受賞したり、最も優秀な人財に贈られる「ベストオブロングライフ」を受賞した人もいます。まさに、グローバルに活躍できる優秀な人財として各ホーム・拠点で存在感を示している証だといえるでしょう。



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(持続可能な開発目標)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)

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。



◇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)

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。



| 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。



| 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。



「ロングライフ国際学会」で発表・受賞



崔禱さん

「ロングライフ国際学会」は、ロングライフのサービス理念「グッドフィーリング」の成功事例を発表し、共有することでサービスの向上につなげるために、年に1回開催しています。昨年の「第17回ロングライフ国際学会」では、中国青島市の有料老人ホーム長楽居の事例を崔禱(サイイ)さんが代理発表し、見事最優秀賞に輝きました。インドネシアのカリナ・アステリアさんも流暢な日本語で「インドネシアにおける介護サービス充実」と題した特別発表を行いました。



カリナ・アステリアさん

「ベストオブロングライフ」受賞

ロングライフグループでは、日頃より素晴らしいサービスの提供を実践しているスタッフを選出し、表彰を行う「ベストオブロングライフ」の授与を半期に一度実施しています。

グローバル人材からは、ミャンマーのビューピョーカインさん(ロングライフ芦屋・ライフコーディネーター)と、中国の崔禱(サイイ)さん(ラビアンローズ緑地公園・ライフコーディネーター)が表彰されています。



崔禱さん



ビューピョーカインさん

高い志と夢を持って 日本で活躍中

1月6日(木)には、ロングライフグループのダイバーシティ&インクルージョン委員会主催で、「グローバル人材の活躍推進」に関する座談会も開催しました。グローバル人材9名と、ともに働く日本人メンバーが集まって、ロングライフグループの「働きやすさ」「働きにくさ」を共有し、活かしていきたいと考え、開かれたものでした。「子供の頃からの夢だった」「家族を支えた

「最初は日本語も仕事の内容も分からなかったけれど、スタッフが温かく受け入れてくれて安心

「一緒に働く日本人社員やお客様からの評価も高く、2年間で日本語も

「国には帰らないでね」と引き留めていたけれど、楽しく前向きに仕事に励んでいる様子が語られました。お客様と接する喜びや手応えを実感したり、働く環境にも満足しているようでした。

「介護福祉士の資格取得を目指したい、いつかは母国に帰り学んだ知識を生かして介護のリーダーとして活躍したい、など高い志を持って、日々精進しています。」



問題のないレベルまで習得してくれました。一生懸命働く姿やお客様に自然に寄り添う姿など、我々が学ぶべきこともたくさんあります。今後、ミャンマーからの技能実習生2期生として4名、新卒採用で中国からの留学生2名、ベトナムからの留学生1名の受け入れが決まっています。また大しました」と櫻井さん。

人財育成力も ロングライフの強み

ロングライフグループでは、1986年の創業以来、「いつまでも自分らしく生きよう」をお手伝いしたいと、様々な取り組みをしてきました。その理念と通じることから、国連が掲げる「SDGs(エス・ディー・ジーズ/持続可能な開発目標)」についても積極的に考えてきました。グローバル人材の育成もその一つです。母国や未来に役立てられる、「持続可能な技術や知識」を身に付けた人材を育成できる環境や体制は、ロングライフグループの強みです。お客様のグローバル化も進む時代に向け、感動も「持続」するよう、より上質なサービスを目指し続けました。

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



(2021年12月末現在)

| お客様の人数(日本/ホーム・在宅)





『ヘルス&ナチュラルビューティ』 始動から2年。 「共感」をテーマに、次のステージへ



3本の柱で 健康と美を応援

人生100年時代を、より健康に、より美しく、お過ごしいただくことを目指し、2020年にロングライフグループの新コンセプトとして『ヘルス&ナチュラルビューティ』を掲げました。フー・ド・スポーツ・ビューティの3本の柱を設け、各専門家に監修いただいた、予防医学から考えるお食事、あらゆる角度から身にアプローチする口



ロングライフ埼玉越谷で 「睡眠改善 セミナー」開催

テーマ「より良い眠りのために」

「睡眠改善セミナー」が開催されました。鍛治先生によると、睡眠に関するお悩みは①寝付きが悪い②若い世代や女性に多い、③朝、夜中に起きてしまい、その後なかなか寝付けない④中高年以降に多い、⑤朝、早く目が覚めてしまう、の大きく3つに分かれています。性別や年齢によってもお悩みは変化するので、

その中で「昼

そこで、今年からは「共感」をテーマに次のステージへステップアップ。新年早々に開催した「睡眠改善セミナー」また、昨年から健康

お客様に寄り添った 取り組みを推進

「どうなのよ!」「なるほど」と頷く場面も多々見られるなど、会場には「共感」の空気が漂っていました。また、昨年から健康

間に「睡眠欲を高める」という考え方で過ごすことが大切」とし、快眠のためのポイントを4つ挙げられました。(左の表)

具体的には散歩や、室内でも会話や日光浴、脳トレ、クイズなど、できるだけ日中、活動的に過

ごすことで「眠りの元」が生成されるのだとか。また、午後3時までに最長30分ほどの短いお昼寝であれば夜の睡眠にも影響がないそうです。

1日の体内リズム 整えて良い眠りを



快眠のためのポイント

- メリハリのある生活を送りましょう
- 眠るためには準備が必要です
- 眠りと目覚めは体のリズムです
- 眠りの環境を整えましょう

することや、入浴や体操で体温を上げて体をリラックスさせることも、その後の眠りにつながります。

この度の反響を受け、ロングライフスタッフ向けの睡眠セミナーも計画中です。睡眠は頭と体の休養となり、よりよいサービスの提供や事故防止にもなります。お客様第一の観点からも、ロングライフグループでは、スタッフのコンディショニング維持に努めることで、サービス向上に繋がっていきたくと思っています。



感動の声が続々! 「人生100年時代に、お客様の健康寿命を100歳に」 ロングライフNMNサプリメント

「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、テレビや雑誌などメディアも大注目。すでに、ご愛用者様から「朝までぐっすり」「肌の調子が良い」「老眼鏡が不要に」といった大きな反響のある「ロングライフNMN」。浸透率・吸収率を高めたNMNを、1粒で100mg補給可能で、品質と信頼性の高さでも好評です。ぜひ、お試しください。



1日分(2粒)にブロッコリー3,200房分のNMNを凝縮配合



▲雑誌などで取り上げられ注目が集まる「若返り」成分NMN



国内産原料 国内製造 医師監修

- 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)

Health & Natural Beauty
ロングライフメディカル株式会社
お申し込み・お問い合わせ 0800-919-4182

ロングライフグループの
オンラインショッピングサイトが
NEW OPEN!
<https://longlife.official.ec>

この度、ロングライフグループ各社の商品がネットで購入できるオンラインサイトがオープンしました。ロングライフダイニングの芦屋食ぱん、ロングライフメディカルのサプリメント、ロングライフリゾートのスイーツなどをサイトから購入することができます。

今後さらに商品を追加していく予定ですので、どうぞお楽しみに! 皆様のご来店を心よりお待ちしております。

ロングライフでいきいき タイム Time



過敏なストレスの状態 **アパシー**

Syndrome の世界を覗く シンドローム

ここが病むことは誰にでも起こる可能性があります。ただ、一般には病気として認識されていないものも多く、「〇〇シンドローム」という言い方だけが独り歩きすることも多いようです。よく耳にする「〇〇シンドローム」を、若者の描いているものの中から考えてみましょう。

無意欲 倦怠感からはじまる

アパシー
シンドローム

これは意欲減退症候群と呼ばれることもあるように、生きる意欲やエネルギーが底をついてしまい、いわゆる三無主義に陥ったものです。

さらに言えば、引きこもりになり、社会復帰が困難になることさえあります。無視できない社会問題と言つていいでしょう。無気力・無関心になることは普通に生活していても起こり得るのですが、

アパシーシンドロームになると日常生活に支障が生じるようになります。

具体的に言えば、仕事や学業に取りかかる意欲がなくなり、倦怠感を感じるようになり、

さらにはこの状態が慢性化してしまいます。が、趣味や興味のあることには積極的なことがよくあります。

このようなことは、すべてのことに対して、無気力・無関心になる特定の精神病や神経症と大きく異なるので、怠けているようにしか見えないと言われるこ

ともあります。では、なぜ仕事や学業に対してこのようになるのでしょうか？

簡単に言えば、仕事や学業にストレスを感じているためです。

また、仕事や学業のストレスはほとんどの人が受けるものですが、アパシーシンドロームになる者はそのストレスに対して、やや過敏な状態と考えられます。

心身はストレスを感じるのと、そのストレスから逃れようと何らかの行動をとります。

ところで、学生がアパシーシンドロームに陥ってしまうことをチューデントアパシーといいます。

学生は比較的低年齢であるため、精神的に未熟で周囲の影響を受けやすい、つまりストレス

大地のちからと個性
大樹のある風景 その心強さ 広がりを見せる枝の下に立つ 自然のちからが覆う 安心感
一本の幹から張り出した枝が ひとつひとつの表情を見せる その個性を主張して 生きる それらの集まりの見事な調和
野の鳥や 小さな生きものを 抱くように枝の間に住まわせ 無報酬で与える安らぎの空間 人はこの景色から何を見るか
形も色あいの個性を示し乍ら 互に存在を認めあうバランス 一体となって嵐をも受けて立つ

利用者の ぬん の自己表現を支援

介護現場を担う人たちにエールを



公益社団法人 大阪介護福祉士会

会長 浅野 幸子さん

「こんな時だから、ポジティブに考え、前を向いて凛と歩けば」と言っ。介護福祉士としての強い決意が伝わる。一般社会において、介護の仕事は、大変な仕事だという認識が広がっているが、この仕事は二人の人間の尊厳にかかわっていく仕事である。いわば、関わっている人たちの人生の歴史に多かれ少なかれ関与していく

ことでもある。それは「専門的知識・技術をもって心身の状況に応じた」支援をしていく業でもあり、その一面、「多くの人と出逢い、学び、ふれ合いの結果、そのことを通して、自分も相手も大きく変ることのできる職業」である、と考えている。基本には、自分がどういった想いで関わるか、という意味もあるが、介護福祉士としての役割のひとつとして「介護現場の仲間が、笑顔で、利用者のみなさんの自己表現を支援する専門職」として、役割を担えるように、環境を整えられるように、声を上げ続けなければなら

ない。 長寿社会を次世代に繋ぐ気概を
「今、介護業界においては、「人材の定着と確保」が大きなテーマになっている。長寿者が、大きな祝福の言葉で囲まれることは大いに喜ばしいことであるが、一方で、その場面に創り出している介護という役割を担っている人材の活動を直視して、この長寿社会を支え、牽引している、介護の現場があることを見落としてはならない。 気概とプライドで、長寿社会日本の存在を世界に発信し、次世代にまで繋いで、いかなければならない。

春3月。春は花、花は桜。この時季待たれる桜のたより。桜前線の進み具合が気になる季節だ。日本の春は桜の開花が運ぶのか。南から北へと移り進むといわれてきた桜前線も、この何年かは決まったように運んでいないようだ。そう思っているのは人間の勝手な思い込みだろうか。 自然の営みは人間の思惑通りにはならないもの。と知ろう。本来はそういうことだと知っていても、それでも、そうあつてほしいという望みが眩かせる。 花開く時を待つ心の高揚は春にふさわしい期待の季節だけれど、ここに来るまでの秋から、木枯の吹く冬の時間を、意識したか。 人びとが寒さを温かい環境の中に身を避ける時も、寒風にさらされた樹木の営みに思いを寄せただろうか。 北風の唸り襲い来る中で根を張り、梢まで送り続ける命の流れを聞いたか。自然の中に生きる人間。その恩恵を心に留めて桜の季節を生かせてもらおう。



風の詩 こころ の風景

ストレスを感じた仕事や学業に対して無気力になれば、一時的にストレスを感じなくなりますが、決して、このストレスが大きいものであったり、長く継続するものであったりすると無気力状態から抜け出せなくなり、慢性化するようになります。 さらに、皮肉なことにサークル活動やアルバイトなどが、アパシーシンドロームをひどくすることに繋がってしまいます。 ある調査によると、スチューデントアパシーは、仕事や学業に積極的かどうか、もう一度、確認してみましよう。 心理相談員 山口 二郎

対処は、基本的にストレスコントロールになりますが、先述したように、仕事や学業以外の事柄については、積極的に取り組むことが多いため、その人がアパシーシンドロームに陥っているかどうか、本人でさえ分らないことがあります。 そのため、まず自分がアパシーシンドロームに陥っているという事実を気が付くことが必要です。 仕事や学業に積極的かどうか、もう一度、確認してみましよう。

「第17回 ロングライフ国際学会」2021年11月8日(月)オンラインにて開催



グッドフィーリングを追求した事例発表紹介

〈抜粋4件〉

心が動けば体も動く 義歯がもたらした小さな奇跡

訪問歯科サポートセンターでは、地域の歯科医院と業務提携し、通院が困難な高齢者の方に自宅まで受診していただけるようサポートしています。

今回の発表で紹介された、要介護4でアルツハイマー型認知症の女性、O・N様(81歳)は、義歯入れ歯を違った目的で着用しています。

自宅で寝たきりのO・N様は声が出せず、口から食事を摂ることもできません。それでも、奥様を支えてこられたご主人様は「義歯を使えば、妻と話せるようになるかも。妻の歯が見えたら、笑顔が分かるか

「妻の声が聴きたい…」
「食べる為」が目的の義歯をしてもうひとつの目的は「

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センター(兵庫県神戸市)

発表者/玉田 裕亮



ら」と、義歯を希望されました。

義歯をつけたからといって、発声できるという医学的根拠はありません。医学的根拠はあっても、義歯をつけたことで、夫婦に何らかの心理的要素が働き、在宅介護の状況に良い変化をもたらすかも」との仮説のもと、審美目的の義歯を製作。クリスマス直前に完成した義歯を着用したO・N様は、笑みを浮かべながら医師に

「あがとう」と告げられました。ご主人様の目には涙が…。

「発声できたことに医学的な根拠はありませんが、心理的に発声するための大きなきっかけになったと思われまう」と、発表者の玉田さん。

心が動けば体も動く…そのことを再認識できた事例でした。



自信を取り戻していただくきっかけ作り

グループホームとは、認知症の方がスタッフの支援のもとで日常生活を自ら行い、病気の進行を遅らせながら充実した生活を送る施設です。

今回の発表では、アルツハイマー型認知症の女性、H様(87歳)の事例が紹介されました。

H様は当初、部屋で横になることが多く、他のご入居されているお客様との対話も少ない状況でした。そこで、H様が以前、お茶を教えられることを勧め、H様にお茶の亭主をしていただくこと、自信を取り戻していただけるきっかけになるのでは?という仮説のもと、お

「やりがいこそ輝き」
「一服に感じる無限の可能性」

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(大阪府三島郡)

発表者/尾花 翔也



茶会を開催することにしました。

当日、スタッフのサポートのもと着物に着替えられたH様は、背筋がシャンと伸びて表情も変わり、生き生きと過ごされていきました。お茶会の後はホーム内の他のイベントに参加される機会が増え、他のお客様と一緒に過ごす時間も延びました。

「長く続けてこられたことや、好きだったこ

とに対する気持ちを思い出していただく環境を作ること、自信を取り戻されたり、集中力が保たれて意欲的になれるきっかけになることが分かりました」と、発表者の尾花さん。

お客様の立場からアプローチしたことが、明確な成果につながった事例でした。



出席者全員が大満足! 石垣島で誓う永遠の愛

2015年に設立されたロングライフリゾート株式会社は、翌16年に函館と由布院、18年には箱根と石垣島に、全棟独立型ヴィライアの会員制リゾートホテルをオープンしました。

21年からは新たにプライダル事業を開始。約1万坪の敷地内にチャペル、ウッドデッキ、プライベートビーチを持つ「コーラルテラス石垣島」では21年4月、7月に70名規模の挙式、7月には新郎新婦お二人だけの挙式が行われました。7月に約70名が出席された挙式では、ウッドデッキでの挙式、デッキでのカクテ

「Private Wedding」
「南ぬ島で交わす永遠の誓い」

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

発表者/小西 なつみ



ルレセプション、チャペルでのパーティーディナーなど、いずれも大好評。また、同月に行われた新郎新婦お二人だけの挙式も、お二人そろって「贅沢な空間を作ることができた」と、とても喜んでいただきました。

今後は若い世代の挙式だけでなく、アニバーサリーウェディングや、新婚当時に式を挙げられなかったお客様のセレモニーなども開始していきます。

日本をモデルに 介護福祉制度の充実目指す

2021年4月にインドネシアから来日したカリナさんは現在、ロングライフ高槻で、ライフコーディネーターとして働いています。

高齢化が進むインドネシアには医療だけでなく、生活環境の改善へ向けた介護支援が重要になってきました。インドネシアには介護士の資格制度が存在しませんでした。

インドネシアで事業を展開するロングライフグループでは2018年、介護福祉士制度の導入に取り組み、2021年4月に国家資格制度が施行されました。日本側もEPA、技能実習制度などでインド

「インドネシア
ゴールデンエイジングの将来へ」

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)

発表者/カリナ・アステリア



ネシアや他のアジア諸国から介護人材を受け入れる態勢を整えています。

「私の夢は介護サービスの指導者になること、そしてお年寄りの健康につながるヘルス&ナチュラルビューティを実現することです」と、発表者のカリナさん。

インドネシアの介護サービス充実へ向けて、カリナさんの熱い気持ちや伝わりつつある発表でした。

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、もっと自由に楽しくなる人生」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3月10日(木)
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作品に関する一言メッセージ、今後の目標
 - ④ロングライフタイムズ(本誌)をどこで入手されましたか



□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には非公開とし、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。

エルケア首都圏

『介護塾』開催中



エルケア株式会社では定期的に、エルケア介護塾を開催しています。介護の知識、技術のみがきたい方、介護職へチャレンジされる方をお待ちしています。

1月は「口腔ケアセミナー」を開催(1月23日(日)・船橋市勤労市民センターにて)。参加無料、予約不要、お子様連れでもOKです。お誘いあわせの上ふるってご参加ください。

次回
予定

2月20日(日)「入浴ケア」

場所:エルケア若葉訪問入浴センター

3月20日(日)「食のケア」

場所:エルケア越谷ケアセンター



Health & Natural Beauty

エルケア株式会社

0120-18-2525

〒100-0004 東京都千代田区大手町1-6-1 大手町ビル9F 942区

9:00~18:00 年中無休

管理薬剤師 健康ひとくちメモ

マスクの下は鼻呼吸?口呼吸? ヒト本来の呼吸法は「鼻呼吸」なのですが、日本人の多くは「口呼吸」をしている現実があります。哺乳動物の中で「口呼吸」をしているのは人間だけ。本来、哺乳動物にとって、鼻は息をするため、口は食べるための器官なのですが、ヒトは進化の過程で言語を獲得し言葉を発するようになったため、口でも呼吸ができるように。生まれたばかりの赤ちゃんは口呼吸しておらず言葉を発するようになって口呼吸を始めるようになります。それに伴い病気を発症することが知られています。実は「マスクしているのに無防備!」なのです。口臭、虫歯、歯周病になりやすい口呼吸。これからは意識して鼻呼吸を実行し、正しい呼吸で口の健康を守りましょう。

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.8

第2章「介護はサービス業」
その3「動き出した事業」

「訪問入浴?そんなもん誰が利用するねん。」開口一番、その担当者は2人の青年の意見を馬鹿にしたように対応した。自衛隊が設置する被災地のゴムで仕切った浴場のようなものを連想したのであろう。一般の家庭での入浴の介助が、ほぼ不可能であることには思いが至らない。高齢者はもう入浴しなくてもいいとでもいうのか。高齢で不自由だからこそ、必要なサービスなのに。日本の行政の福祉に対する感覚の拙さに、木村も佐藤も情けなくて悔しく

て、仕方がなかった。この国の介護サービスの道筋を、訪問入浴サービスから変えていかなければならない、それも早急に!と、2人は考えたのだった。

その希望の光となったものこそ、当時の芦屋市の決断である。

木村たちは、副業を続けながら、会社を存続させ、そして、自治体の担当者を説いて回った。請われれば、デモンストラーションも行った。

そして最初に動いたのが、芦屋市であった。芦屋市には芦屋市の思惑があったのであろう。入浴介護サービスが行

われているほど、福祉に手厚い自治体ならば、歳をとってもそこに住みたいと、誰もが望む。住む人が増えれば税収は上がる。税収が上がれば、自治体はもっと便利な手厚いサービスを住民に提供できる。

街の活性化とよく言われるが、結局は、そこに暮らす人たちが、日々の生活の中で豊かで幸せだと実感できる施策とその実行能力があれば、定住人口は増え、税収は上がり、自治体のサービスは良くなるという良いスパイラルが、できていくのである。その試みの完成形に近いのが、後に木村たちが携わることとなる

あるが、それはこの時からまだ30年以上の未来の話である。

1987年4月兵庫県芦屋市より寝たきり老人および重度心身障害者に対する訪問入浴サービス業務を受託。



あるが、それはこの時からまだ30年以上の未来の話である。

1987年4月兵庫県芦屋市より寝たきり老人および重度心身障害者に対する訪問入浴サービス業務を受託。

この芦屋市の受託を受けてから、次々と木村たちの事業に注目が集まっていた自治体が動き出すことになる。福祉における介護サービスは、この

1990年2月 厚生省(現厚生労働省)所管社

1998年6月 大阪府豊中市より訪問入浴サービス事業を受託



1990年2月 厚生省(現厚生労働省)所管社

管理栄養士 さんからの 今月のレシピ

鶏と茸のテリーヌ 粒マスタードソース



材料(10人分).....
●鶏ミンチ.....500g
●玉ねぎ.....150g
●椎茸.....140g
A
●パセリ(乾燥).....適量
●卵(全卵).....1個
●卵白.....1個
●赤ワイン.....25cc
●塩.....5g
●カレー粉.....少量

付け合わせ
●じゃがいも.....400g
●舞茸.....150g
●バター.....適量

ソース
●デミグラスソース.....300cc
●粒マスタードソース.....適量

①玉ねぎ、椎茸をみじん切りにしてソテーして冷ましておく。
②鶏ミンチを粘りがでるまで揉み込み①と「A」を混ぜ合わせる。
③ラップに②を細長く置き、丸い棒状に巻き両端を縛り、12~15分ほど蒸して火を通す。
④粗熱がとれた③を再度ラップで巻きなおし、形を整える。
⑤じゃがいもを丸ごと蒸し、皮を剥いてちぎって切りにする。舞茸は小房に分けておく。
⑥⑤のじゃがいもをバターソテー(油で揚げても可)して、色がついていたら舞茸も混ぜてバターソテーにする。
⑦ソースを流し、うえに1人分に切り分けたテリーヌと付け合わせを盛り付ける。

栄養士のひとくちコメント

蒸し焼きの加熱時間はテリーヌの太さにより多少差があります。



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/2022年2月28日(当日消印有効)

とまりソフト箱根別邸「箱根三里四方のもの」5名様 料理長特製



地産地消をコンセプトに、箱根近郊で採れた食材を使用した料理長特製の佃煮。箱根四方の自然の恵みと、旬の味覚をお楽しみいただけます。 ※画像はイメージです

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

〒100-0004 東京都千代田区大手町1-6-1 大手町ビル9F
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 3月号」係

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

「すべての人のために、王たちと高い地位にあるすべての人のために願ひ、祈り、とりなし、感謝をささげなさい。」と勧められている聖書のことはを思いおこしました。この時、私の友人の議員のためだけに、すべての上に立つ地位にある人々が与えられている任務を全うできるように日々祈って支えていく重大な責任があることを再確認させられました。読者の皆様はいかがでしょうか。議員に限らず、人の上に立つ立場の人々が、次のように証している人のことを心に銘記してほしいと思います。「私はいつも神の前にも人の前にも責められることがない良心を保つように、最善を尽くしてまい

「すべての人のために、王たちと高い地位にあるすべての人のために願ひ、祈り、とりなし、感謝をささげなさい。」と勧められている聖書のことはを思いおこしました。この時、私の友人の議員のためだけに、すべての上に立つ地位にある人々が与えられている任務を全うできるように日々祈って支えていく重大な責任があることを再確認させられました。読者の皆様はいかがでしょうか。議員に限らず、人の上に立つ立場の人々が、次のように証している人のことを心に銘記してほしいと思います。「私はいつも神の前にも人の前にも責められることがない良心を保つように、最善を尽くしてまい

「国会議員」と記された名刺を手渡され、名刺入れに納めました。誇らしさで胸が熱くなりました。

「国会議員」と記された名刺を手渡され、名刺入れに納めました。誇らしさで胸が熱くなりました。

人の上に立つ人々のために
日々祈る者に

メモテ第12章1節



古来より「神います山」と崇められてきた神秘の山・由布岳が目の前に…

由布岳を愛でながら 温泉と美味で 心を解放

ときリゾート由布院別邸

“豊後富士”と称される由布岳の雄大な姿に心洗われ、神秘さえ感じる…。そんな日常では味わえない感動に浸れるのが、会員制リゾートホテル「由布院別邸」なのです。



「天空のカフェ ゆふいん」からは、由布岳や由布院の街並みを一望



「天空パンケーキ」の生地には高塚赤鶏の卵を使用。優しい食感が魅力。

**大正ロマンを感じる
寛ぎの空間**
由布院が温泉保養地として発展したのは大正に入ってから。そんな背景

**至福の天空ティータイム
地元素材の食事も魅力**
標高約600mの高台で、絶景とともに味わう美味も魅力。土・日・祝は「天空カフェ ゆふいん」

「豊後富士」と称される由布岳の雄大な姿に心洗われ、神秘さえ感じる…。そんな日常では味わえない感動に浸れるのが、会員制リゾートホテル「由布院別邸」なのです。

**名湯と絶景を
自室の露天風呂で堪能**
由布岳の山麓に広がる由布院は、日本屈指の温泉地。ヴィラ一棟貸し、全室露天風呂付きの「由布院別邸」でなら、ご自宅のような寛ぎと旅館のような趣の中、檜の香りに包まれた内湯と信楽焼の露天風呂で源泉かけ流しの天然温泉を楽しめます。露天風呂から見える絶景にも心癒されます。

天然木の香り漂うお部屋は、李朝風のアンティーク家具が並ぶ和モダンな空間。由布岳の絶景を眺めながら、ゆったりとしたひと時を過ごせます。

「自家製焙煎コーヒー」など、魅力的なカフェメニューが充実しています。レストランでいただくディナーは、大分の豊かな自然に育まれた豊後牛や鹿、鴨といったジビエ、別府湾や豊後水道で獲れた新鮮な魚介類を使ったカジュアルフレンチのコース、朝食には地元名産の椎茸やカボスを。地



柔らかな湯触りの天然温泉を露天風呂で満喫



リビングから絶景を独り占め



料理長が厳選した大分県産食材満載の料理は絶品



ときリゾート
心とける場所
新しい刺激を求めて、由布院を旅してみませんか？

Health & Natural Beauty
ロングライフリゾート株式会社

Resort & LongLife

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

ときリゾート由布院別邸 周辺おすすめスポット

- つくみイルカ島**
うみたま体験パーク「つくみイルカ島」は、イルカと人間のふれあい・癒しをテーマにした体験型施設です。自然の海に暮らすイルカたちのパフォーマンスを楽しんだり、ふれあい体験プログラムに挑戦したり、餌をあげたりできるオーシャンリゾートにはたくさん海の生き物とお楽しみが満載です。
- 四浦展望台**
見下ろせば日豊海岸国立公園に指定されたリアス式海岸が広がる360度の大パノラマ。
- 四浦の河津桜**
5000本以上の河津桜があり、大分県内では最大の名所。例年、2月上旬に開花し、中旬ごろには見頃を迎えます。沿道に咲く河津桜のピンク色は、海の色とあわせて、最高のロケーションを演出します。

心が整う。理想の自分へ暮らしまるごとコンシェルジュ



社会で活躍する女性が増えた現在、整える、潤う、愛しむ、いただく、したためる、やすらぐ、といった暮らしが後回しになってしまうのは必然かもしれません。そんな女性たちに整理収納をきっかけとして「自分らしく美しい人生を過ごしていただく」ことをコンセプトにTotonoeは誕生しました。お部屋の整理収納はもちろんのこと、着なくなったお洋服のリメイクや出張シェフ、インテリアコーディネーターによる理想のお部屋づくりのアドバイスなど、お客さまお一人おひとりのご要望に合わせたサービスをご提供いたします。

最高のサービスを追求してきたロングライフがお届けする
ライフスタイルコンシェルジュサービス

暮らしをお手伝いする新サービスです

- ライフスタイルコース**
- 整理収納 8,000円/1h (衣替え、お部屋の整理、キッチンの整理、本や写真の整理など)
 - 〈オプション〉
衣服や装飾、家具などのリメイク (別途お見積り)
インテリアコーディネーターによるアドバイス (無料)
 - 施工 (別途お見積り) (壁棚の設置や壁紙・床の張り替えなど)
 - グリーンアドバイス、メンテナンス、リース (別途お見積り)
 - 生前整理、遺品整理、リフォーム、買取など、安心できる業者への取次 (別途お見積り)

- ライフサポートコース**
- ハウスクリーニング
クーラー洗浄(家庭用1台) 11,000円 ※掃除機付きタイプ、天井埋め込みタイプは別料金
防カビコーティング(1台) 2,600円
 - キッチン周り(1カ所)
換気扇(1台) 19,800円~
トイレ(1台) 9,800円~
洗面所(1台) 6,800円~
洗面所(1台) 5,500円~
窓/網戸(1枠) 6,600円~
 - 水回りセット 5時間 43,780円 (レンジフード、キッチンシンク、キッチン清掃、排水口、浴室床、バス下、洗面台、トイレ丸ごと)
 - スペシャルコース 59,400円 (水回りセットとフッ素・防カビセットがセットになったワンランク上のコース)

対象エリア 大阪府(全域)、京都府(京都市以南一部を除く)、兵庫県(西脇市・宍粟市以南一部を除く)、奈良(奈良市・生駒市) ※片道1時間以内の場合:交通費1,000円 ※車の場合:高速代・ガソリン代実費別
対応時間 9~18時 ※時間外は別料金

- シニアサポート**
- 出張シェフ(1人派遣費) 12,000円/3h ※お食事代はお一人5,000円~応相談
 - 産前産後サポート 6,600円/1回 ※浴室やトイレの清掃、買い物代行など

- シニアお出かけプランニング手配 1プラン2,200円 ※親類や日帰り旅行などご要望に応じて計画
- 外出同行 3,000円/1h お散歩、お買い物、通院、お墓参りなど外出のサポート

ご利用の流れ →お電話・メールにてお問い合わせ →ご希望の日時・サービスを決定 →担当スタッフの決定 →ご訪問

Health & Natural Beauty
日本ロングライフ
0120-664-113
受付時間/9:00~18:00(平日)