



ロングライフグループ 入社式 2024年4月1日 大阪万博記念公園野球場にて



熱き想いを秘め、いざプレイボール!

今年11月に第40期を迎えるロングライフグループに、27名の新戦力が加わりました。

4月1日(月)に万博記念公園野球場(大阪府吹田市)で行われた入社式では、プラカードを掲げ、お揃いのキャップ、ロングライフのロゴと各人の名前が入ったユニフォーム姿で入場行進。プロ野球のスタジアムアナウンサーとして活躍されていたフリーアナウンサーの堀江良信さんが場内アナウンスを担当されました。ロングライフホールディング株式会社代表取締役社長遠藤拓馬さんによる豪快なヘッドスライディングに始まり、新戦力代表川下日向子さんによる宣誓、山崎光亮さんによる始球式、電光掲示板への名前表示など、こたわり満載の斬新で楽しい式典となりました。来年の大阪・関西万博開催を前に、54年前の大阪万博とゆかりのある会場での開催、ということも粋。新戦力も「想像とは違った刺激的な入社式で驚いた」「野球をモチーフにするとは予想外で楽しかった」など、心に残る貴重な体験となったようです。お客様に対してはもちろん、社員に対しても常に全力で向き合い、最高のおもてなしを追求する姿は、ロングライフらしさの表れといえるでしょう。

新戦力は入社式のと、2週間の入社時研修を経て、それぞれ配属先の現場へ。2〜3ページでご紹介している経営陣と新戦力の座談会は、その現場デビューからわずか1週間後に行いました。入社式で見た新戦力の意気込みと、ロングライフグループならではの充実した研修の相乗効果か、早くも成長ぶりがうかがわれました。立場は違えど、最高のホスピタリティを目指す心根は一緒。今回の座談会で受けた経営陣の言葉も胸に、ますますの成長を期待したいものです。皆様も新戦力の活躍を温かく見守ってください。



4・5面をご覧ください

LONGLIFE GROUP社内報 vol.304

ロングライフ通信

夏号



MESSAGE
桜井ひろみからのメッセージ

GOOD FELLOWS
私たちの良き仲間

WORKING VIEW
輝き続ける人 1日のお仕事紹介

DEPARTMENT INTRODUCTION
輝き続ける部署紹介

PICK UP NEWS
ピックアップニュース

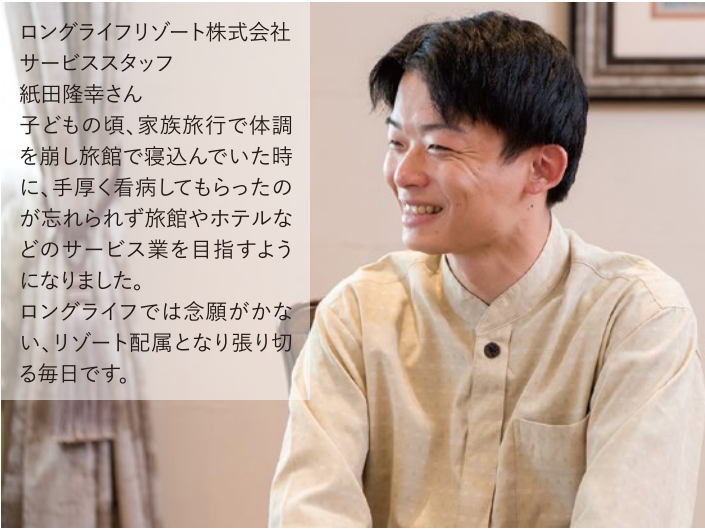
季節の花

ひまわり sunflower
*花言葉「憧れ」「情熱」
「あなただけを見つめる」



する3トップと 力3人がセッション!

「ロングライフ・クイーンズ宮崎台」(神奈川県川崎市)に、ロングライフホールディング
健さん、エルケア株式会社の宇野元博さんと、各拠点に配属された3人の新戦力が
という共通点がありました。



ロングライフリゾート株式会社
サービススタッフ
紙田隆幸さん
子どもの頃、家族旅行で体調
を崩し旅館で寝込んでいた時
に、手厚く看病してもらったの
が忘れられず旅館やホテルな
どのサービス業を目指すよう
になりました。
ロングライフでは念願がかな
い、リゾート配属となり張り切
る毎日です。

ジョブローテーションで 大きく成長

遠藤「福祉業界は介護を
目指し、学んだ人が入っ
てくるのが一般的です。
しかし、ロングライフグ
ループの場合、介護が未
知の領域でも、『サービ
ス業だから』という理由
で入社する人も多いいん
です。だから、バラエティ
豊かな人財が集まる。こ
れは当グループの強みで
すね。多彩な人財が集ま
るからこそ、ジョブロー
テーションがプラスに働
いていると感じていま
す」

宇野「特にエルケアで働
いた際の成長は著しいで
すよね。実は私自身、訪
問介護の現場に入って1
年後には、未経験だった

炭本「さらに、リゾート
では、ロングライフやエ

日本ロングライフ株式会社
ライフコーディネーター
齋藤まりなさん
自由な暮らしを諦めていた
東京の祖父母が静岡に引っ
越してから楽しく暮らしてい
るのを見て、世の中のシニア
の方々にも好きなことを存分
に楽しんでほしいと思いこの
業界を目指しました。ホーム
でのケアのお仕事がいっぱ
い毎日感じています。



ルケアとは求められるも
のが違うため新たに学ぶ
ことも多く、一皮むける
感じがします。リゾート
へご宿泊されるお客様へ
のサービス提供を通じて
ホスピタリティを学ぶこ
とが出来、視野が一気に
広がります。技術的なこ
とだけでなく、お客様へ
の接客、会話の間など、
様々なことを吸収できま
すね」

GFCの独自理念で お客様の満足度を追求



日本ロングライフ株式会社 代表取締役社長 炭本健さん

宇野「災害時、非常時の
体制もずいぶん整ってき
たと感じます。エルケア
では、能登半島地震の時、
石川県に訪問入浴車と給
水車で被災地支援に行き
ました。水もガスも断た
れた施設で、10日ぶりの
入浴だと喜んでいただけ
ました。エルケアの社会
的役割を再認識しました
ね」

遠藤「日本ロングライフ
でも地震・台風などの非
常時に備え、地域の方々
も受け入れられる体制が
整っています。これから
もグループの強みを生か
してうまく連携したいな
がら、社会に貢献してい
きたいと思っています」

宇野「グループであるこ
とは、サービスの質にも
いい影響を与えていると
感じています。特に在宅
介護ほどの業者も同じ金
額でサービスを提供する
ため、差別化が重要で
す。グループでの幅広い
業務経験を経たスタッフ
の質は高く、サービスの
層も厚い。これは他社と
の大きな違いだと自負し
ています」

炭本「“違い”という点
では、お客様のご満足を
追求した独自の考え方
『GFC(グッドフィリ
ングコーディネーター)』
もそうでしょうね。介護
は“目的”ではなく、サ
ービスの一つ。お客様
お一人おひとりが、ご自
分らしく、自由に楽しく
“ご自宅”として暮らし
になることを追求する
のがロングライフであ
り、その根底にあるのが

遠藤「GFCの理念を徹
底し、サービスの質を向
上するためにも、研修の
意義は大きいと考えま
す。一つの研修で劇的に
変わることはなくても、
回を重ねることで各人の
意識が変わっていきま
す。それが行動の変化に
もつながるのではないで
しょうか」





ロングライフホールディング株式会社 代表取締役社長 遠藤拓馬さん



エルケア株式会社
ライフコーディネーター 木下弥玲さん
当初リゾート希望でしたが、就活中に考えが変わり訪問介護を選択しました。入社前のインターンで訪問介護に同行して、予想外の楽しさに気づきました。お客様に直接感謝の言葉をいただけるのが嬉しくて、やりがいを感じます。



エルケア株式会社 代表取締役社長 宇野元博さん

経営陣×新戦力 特別座談会

グループを牽引 将来を担う新戦

新戦力の入社時研修が終わって約1週間後となる4月25日、株式会社の遠藤拓馬さん、日本ロングライフ株式会社の炭本集まりました。経歴も年代も対極にありながらも、「熱い想い」

グローバル人材の採用で サービスを強化

遠藤 「超高齢社会に突入し、特に介護福祉の分野では人材不足が深刻化する中、ロングライフグループでは業界に先駆けてグローバル人材を採用してきました。当初は不安もありましたが、完全に杞憂に終わりましたね。一生懸命日本語で話す姿に、応えてあげたいと思われるのか、お客様の存在意義や自己肯定力も高まっていると感じま

す」

炭本 「日本ロングライフでは28名のグローバル人材が働いていますが、彼らはコミュニケーション能力がすごく高いと思います。お客様からお話を聴く、教わることも私たちの仕事の一つですが、彼らはそれが上手！お互いの文化を教えあったりもして、お客様からの評価も高いんですよ」

宇野 「外国人労働者の施設勤務は認可されていますが、一人での訪問介護は今年度認められる方針が示されたところ。訪問介護においてもこれからどんどん外国人労働者が増えてくると思います。エルケアでも先日、インドネシアの方と面接

しましたが、自国で介護事業を広めたいとの目標を持っていて、向上心があって勉強熱心。十分な戦力として期待しています」

炭本 「いつまでも今の目標を忘れず、常に当事者意識をもってやってください」

遠藤 「これからしんどいこと、理不尽なこともあると思いますが、負けずに乗り越えてください。今回、新戦力の皆さんとお話できて私たちも刺激をもらいました。我々3人は現場で働く人たちと年齢が近い分、考え方が似ていたり、話しやすかったりと思うんです。新戦力を含めスタッフから意見をどんどん吸い上げ、挑戦・改善していきたい。それができるのは新体制となったグループのさらなる強みだと感じています。一緒にお客様の満足を目指しましょう！」

熱い想いを胸に 歩みを進める新戦力

齋藤 「ホームではお客様のその時々のおやりになりたいたいことをお手伝いできるのが嬉しいです。先ほどのお話にあったように、お客様が『わが家』のように感じてお過ごしいただけるようなサービスを心がけています」

遠藤 「失敗してもうまくいっても経験値になって成長できる。挑戦する勇気をもって業務についてください」

紙田 「就職活動の際、ジョブローテーションがあるのが魅力だと思って入社しましたが、強みでもあるとわかりました。今日は同期の2人の意見にも刺激を受けました。これからも前向きに頑張ります」

炭本 「いつまでも今の目標を忘れず、常に当事者意識をもってやってください」

遠藤 「これからしんどいこと、理不尽なこともあると思いますが、負けずに乗り越えてください。今回、新戦力の皆さんとお話できて私たちも刺激をもらいました。我々3人は現場で働く人たちと年齢が近い分、考え方が似ていたり、話しやすかったりと思うんです。新戦力を含めスタッフから意見をどんどん吸い上げ、挑戦・改善して

いきたい。それができるのは新体制となったグループのさらなる強みだと感じています。一緒にお客様の満足を目指しましょう！」

日本から世界へ！ロングライフグループ セカンドライフはHAPPYLIFE、貴方らしさをあたらしく。

今までも、これからも。お客様の笑顔のために。

ケアサービスひと筋**39年**。
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。



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)
ご家族様満足度が高いと思う施設 No.1(第1位)

数字で見るロングライフ

スタッフの充実



お客様の人数(日本／ホーム・在宅)





GOOD FELLOWS

・・・私たちの良き仲間・・・

日本ロングライフ株式会社
ライフパートナー推進本部
お客様相談室 室長
早希さん 2011年4月入社



Q1. 日頃の業務活動で心掛けていること

主な業務はお客様からの電話対応。お顔が見えないので「明るく、元気に、丁寧に」を大切にしています。ご本人様やご家族様、またお孫様など幅広い年代の方からお電話いただくので、お相手の年代や状況に合わせた説明を心掛けています。営業サポート的な仕事もありますが、現場で培った経験を業務に活かせるのは強みです。また室長としては、全員が自信を持って仕事に取り組めるような環境づくりを行い、チーム全体のパフォーマンス向上を目指しております。



Q2. 最近の嬉しかった出来事

相談を受けた方がご入居されたら嬉しいですね。お電話の最後に「親切にお話を聞いてくれてありがとう」と言っていたいた時もやりがいを感じます。入社以来、様々な業務を通して得られた人とのつながりが、今の自分の財産。2人の子どもの産休・育休を経て、周りの理解もあってこそ勤め続けられています。今度は自分が若い世代にお返しできるようになりたいです。

Q3. リフレッシュ方法

子どもがまだ小さいので、休日は子どもが望むところに連れて行くことが多いです。自宅近くに温泉施設があり、仕事帰りに子どもとお風呂に入って、レストランでご飯も済ませて、あとは寝るだけ！にして家に帰るのが幸せです！



輝き続ける人 WORKING VIEW for woman's

エルケア株式会社
生野ケアセンター
チーフ 兼 ライフコーディネーター
せな

世那さん 2023年4月入社



1DAY スケジュール	
8:45	出勤、朝礼、掃除
9:00	1件目お客様宅
10:00	2件目お客様宅
11:00	3件目お客様宅
12:30	4件目お客様宅
14:30	昼食
15:30	研修レポート等作成
16:30	5件目お客様宅
17:00	翌日のルート及び 連絡事項等確認
17:45	退勤

Q1. 働く上で大切にしていること

忙しくて疲れていても、新戦力研修の時に教えていただいた「明るく、元気に、礼儀正しく」を忘れないようにしています。お客様だけでなく、スタッフの皆さんから好感を持ってもらうためにも、大切なことだと思っています。

Q2. 今後の目標について

次期所長として必要なスキルや仕事などを学ぶために、今年の1月からチーフ研修を受講しています。6月の修了時には、帳票作成にも携わり、お客様に自立いただけるプランを考えられるようになりたいです。そのために、普段から売上を意識したり、営業をしたり、様々なことに挑戦し学びたいと思います。



ひとつだけエピソード

寺院巡りが趣味で、寺院に行ったらパワーをもらっています。島根県に住む祖父母を訪ねる時はいつも出雲大社を参拝します。

JAPANESE WORK STYLE FROM ベトナム

日本ロングライフ株式会社
ラビアンローズ高槻／ライフコーディネーター

ハインさん 2024年1月入社

Q1. 日本を選んだ理由は？

⇒子どもの頃から日本のアニメ、特にスタジオ・ジブリの作品が好きで、日本に行きたいと憧れていました。

Q2. 日本のココが好き

⇒ラビアンローズ高槻で働くようになってから、お習字やカルタ、お花見などアニメ以外の日本文化に触れて好きになりました。

Q3. 日本のココがビックリ！

⇒人気店の前に行列ができるのにビックリ！私も人気の豚ま

ん店で並んでみましたよ。

Q4. お休みの日の過ごし方

⇒昼までゆっくり寝て、午後からは友達と食事に行ったり、夜は介護や日本語の勉強をしています。

Q5. 今後の目標

⇒早く介護の仕事に慣れて、お客様と日本語で上手にコミュニケーションを図れるようになりたいです。

Q6. 仕事で楽しい・嬉しいと思う時

⇒お客様に顔と名前を覚えて



もらうことが何より嬉しいです。

Q7. ベトナムはどんな国？

⇒ベトナムは人が優しく、美人が多いですよ。観光地が多いですが私がお勧めするのは海がとっても美しいダナンです。



「ダナン」はベトナム中部にあり、美しいビーチがあります。

私のふるさと自慢 FROM和歌山

エルケア株式会社
住吉訪問歯科サポートセンター／コーディネーター
やすのり

康智さん 2007年12月入社



和歌山県は、高野山真言宗の総本山、那智勝浦の滝、熊野古道、南紀白浜アドベンチャーワールド（パンダ7頭!）、白浜温泉、白良浜などの観光スポットをはじめ、有田みかん、梅干し（南高梅）、荒川の桃、和歌山ラーメンなどのグルメ、私の趣味である釣りができる美しい海、川もあります。出身地の橋本市は大阪難波から南海高野線の急行で約50分。自然豊かで、子育て世代の移住が増えています。販売所「やっちゃん」「よってって」では市内の農家さんが作られた新鮮な野菜や果物、パン、惣菜などがお安く買えますよ。天然温泉「湯の里」も大人気。是非お立ち寄りください！



Message

「みなで叶える夢も 個人の夢も可視化しましょう」

日本ロングライフ株式会社 代表取締役会長 桜井ひろみ

ロングライフグループも4月1日に新戦力（定期採用者）を迎えて早2ヶ月目を迎えています。まだまだ緊張の毎日ですが、入社時研修を経て各現場で少しずつ、実践を積んでいるところです。新たな戦力として周囲の期待に応えたい。一刻も早く先輩のようにお客様に信頼されるサービスをご提供したい。こんな気持ちがちひしひしと伝わってきます。先日ある会議で既存メンバーの中に新戦力が加わっていましたが、その目が誰よりも強く輝いていました。そうだ、一見まだ何も持っていないようで、色々なものを持っている存在であると実感しました。“若さの一念 岩をも通す”ですね。

先輩メンバー、リーダーや幹部、そしてお客様方も、新戦力にパワーを貰っています。そう考えると、その存在だけで既に素晴らしいですね。

初心に引き戻され大いに刺激を受けた私は、大谷翔平選手が使っていたことで話題になった「目標達成シート」を作成しました。

ご存知の人も多いと思いますが、いざ自分で作ってみると目標が明確になり、「叶えたいこと」への要素と道のりが明らかにな

ります。

強い目標（夢）を中心に定め、まずは、達成に必要な8つの要素で囲みます。更にこれらを達成するための具体的な目標を、それぞれ8つずつ記入、細分化された81の目標をクリアしていけば、中央の「強い目標」達成へと進めます。

10代、20代、30代、40代、50代、60代、70代、80代、90代、100歳代

…、それぞれの世代の、夢や目標を明確に可視化したフレームワーク「目標達成シート」にチャレンジするのは素適だと思いませんか？

お客様にも成熟された今だからこそ、是非お勧めしてみても如何でしょうか？私自身も81項目を書き出すことによって、すべきことの道のりが明確になり、日々の心持ちや意識の向け方、自分に足りないことにも気づくことができました。

“頑張りやさん”のロングライフグループの皆さんが、与えられた時間の中で、なりたい自分になるために、楽しく仕事をするために、明確な道のりを見つけることを大事にしてほしいと思うのです。



聖書箇所 ～マルコによる福音書 11:24 口語訳～

「そこで、あなたがたに言うが、なんでも祈り求めることは、すでになんかえられたと信じなさい。そうすれば、そのとおりになるであろう。」

輝き続ける部署紹介

ロングライフホールディング株式会社

経営ヘッドオフィス 採用グループ

大阪府大阪市北区中崎西2-4-12 梅田センタービル

「サービス業」として、おもてなしの心を備えた仲間を

ロングライフグループは介護福祉事業を主軸に展開していますが、その本質は「サービス業」にあります。そのため、おもてなしの心を持っているかどうかを採用基準の一つとして重要視されています。これは「対お客様」のみならず、入社式をはじめとする社員向けイベントにおいても、どうしたらHAPPYになってもらえるかを全力で考えています。グループには20代から50代までの幅広い年齢層の社員が在籍しており、経験や考え方は様々です。その中で、共通の目的意識を持つことで団結力を高めています。採用グループは今日も精一杯、業務に取り組んでいます。



大阪本社(左)と東京本社(右)のメンバー



こういち
光一さんからの一言 2021年4月入社

関西エリアの新卒・中途採用を担当しています。自分がフォローを続けていた学生が無事に入社して現場で活躍していると聞くと、何より嬉しい気持ちになります。学生や求職者とロングライフをつなぐ架け橋として、これからも責任を持って業務に励んでいきます。

PICK UP NEWS

ロングライフホールディング

昨年度から当社では、4月に新小学校1年生および中学校1年生に進学するお子様がいる社員を対象に、進学をお祝いする特別なプレゼントを贈呈しています。

今年度のプレゼントは、小学生のお子様には名前入り鉛筆と図書カード、中学生のお子様には図書カードをそれぞれお渡ししました。これは、学校生活での学習をサポートするための小さな助けとして、お子様の成長を心から祝福する意味を込めています。

多くのお子様から、「学校で鉛筆を使うのが楽しみ!」という嬉しいお言葉をいただきました。子どもたちの成長と学びを応援することは、社会全体の未来を明るくするための大切な一歩です。当社は今後も、社員の皆さまの大切な家族の成長を応援し続けるための様々な取り組みを進めています。



エルケア

4月12日(金)に配属式が執り行われ新戦力それぞれの配属先が発表されました。



配属が決定した拠点ではその日から準備をし、4月15日(月)に拠点ごとに工夫を凝らしたウェルカムボードを作成して新戦力を迎えました。4月から新たなスタートを切った新戦力の活躍にご期待ください。

4月13日(土)エルケアホームガーデン甲子園口にて、『スプリングフェスティバル』が開催されました。ご見学会並びにご入居相談会を同時開催、またコンサートや阪急百貨店の「走るデパ地下スイーツ移動販売」がやってきて大賑わいでした。コンサートは関西で活動するゴスペルグループ「un cercle(アンセルクル)」の4名様をお招きしゴスペル曲や日本の唱歌などを歌っていただき、お客様と一緒に歌うコーナーでは、皆さま笑顔で楽しんで歌っていらっしゃいました。コンサート終了後、阪急うめだ本店で人気の和洋菓子を積んだデパ地下移動販売車が出店しました。阪急百貨店生まれのブランドや定番の人気商品をはじめ、北海道物産展関連の限定商品も並んでおり、ご見学者様やホームのお客様、近隣の皆さまもお買い物を楽しまれ、盛況となりました。



日本ロングライフ

2020年4月に開設したロングライフ池田山手、ローズパークシティ ロングライフ学研京阪奈、2018年5月に開設したロングライフ・クイーンズ宮崎台にて、開設4周年・6周年を記念したイベントを開催しました。

スペシャルランチ体験会やコンサート、セミナー、ブース出店など、様々な催し物をご用意し、各ホーム多くのお客様に会場いただきました。美味しいお食事に舌鼓を打ち、素適な音楽を楽しみ、セミナーで学び…ロングライフグループのコンセプト「Health & Natural Beauty」を体感いただけのイベントとなりました。ご入居のお客様はもちろん、ご近隣にお住まいの皆さまにも愛されるホームを目指して、これからも各ホームでイベントを開催予定です。お近くにお越しの際は是非お気軽にお立ち寄りください。



ロングライフリゾート

函館、箱根、由布院、石垣島の4か所にあるときりリゾートでは、その時々によりその場所ならではの四季を感じることができます。北海道では4月下旬～5月上旬にかけて桜の見ごろを迎え、「ヒルズテラス函館」のある森町ではこの時期に「もりまち桜まつり」が開催されます。

一方「コーラルテラス石垣島」のある石垣島では、早くも3月16日に海開きが行われ、海水浴やマリンスポーツを楽しむ方で賑わっています。場所によって異なった楽しみ方ができるのは、ときりリゾートの魅力の一つではないでしょうか。日本の四季を感じ、非日常を体験することができるときりリゾートへ、是非お越しくださいませ。



こんにちは!
ロングライフの
お客様

ロングライフ・クイーンズ宮崎台より

温かい人、穏やかな環境、安心の見守りで、 アクティブな暮らしを実現

—ロングライフ・クイーンズ宮崎台 今 美佐子様—



咲き誇るバラが美しい、ロングライフ・クイーンズ宮崎台

「大きな家に一人であるのが怖くて、出かける際は毎回雨戸を開け、いつも誰かに見られているのではないかと心配でした。それに、気管支拡張症でひ

「居るは小さくなりまして、合理的ですし、愛用していた家具や食器を持ってきたので、家が凝縮されたみたい。共有部分の調度品も上質で、レストランやテラスもオープンで気持ちがいい。風通りもよく静かで、これまでの家と雰囲気似ていて落ち着きます。遊びに来た教え子や親戚も羨ましがりますね」

「勤務先では子どもたち、ここでは同年代の方がたくさんいて、話すことで刺激をもらっています。街を見て歩くのも好きで、毎日出歩いています。歩けるうちに歩いておこう、というのがありますね。帰ってきたら明かりがついていて、『お

今様は西東京市の200坪のお屋敷で一人暮らしをされていました。

「大きい家に一人であるのが怖くて、出かける際は毎回雨戸を開け、いつも誰かに見られているのではないかと心配でした。それに、気管支拡張症でひ

「居るは小さくなりまして、合理的ですし、愛用していた家具や食器を持ってきたので、家が凝縮されたみたい。共有部分の調度品も上質で、レストランやテラスもオープンで気持ちがいい。風通りもよく静かで、これまでの家と雰囲気似ていて落ち着きます。遊びに来た教え子や親戚も羨ましがりますね」

「勤務先では子どもたち、ここでは同年代の方がたくさんいて、話すことで刺激をもらっています。街を見て歩くのも好きで、毎日出歩いています。歩けるうちに歩いておこう、というのがありますね。帰ってきたら明かりがついていて、『お

理想通りの住まいに 一目惚れして即決

長年幼稚園で園長を務められ、大学でも児童教育者の育成に従事されていた今美佐子様(87歳)。今も週1回出勤しながら遊びや趣味も楽しまれ、充実のアクティブライフを謳歌されています。



雰囲気も人も大好き! 安心だから楽しめる!

「居室は小さくなりまして、合理的ですし、愛用していた家具や食器を持ってきたので、家が凝縮されたみたい。共有部分の調度品も上質で、レストランやテラスもオープンで気持ちがいい。風通りもよく静かで、これまでの家と雰囲気似ていて落ち着きます。遊びに来た教え子や親戚も羨ましがりますね」

「勤務先では子どもたち、ここでは同年代の方がたくさんいて、話すことで刺激をもらっています。街を見て歩くのも好きで、毎日出歩いています。歩けるうちに歩いておこう、というのがありますね。帰ってきたら明かりがついていて、『お

「こころの構造」 防衛機制各論

心理相談員

山口 二郎

こころとからだ すこやかライフ

①抑圧(見えないところに押し込む)
これは防衛機制の原型になります。どうしても受け入れられない出来事が起きると、不快な状態に陥り普通に生活できなくなります。そのためまず働くのがこの抑圧です。

②否認(見えていないけど、認めない)
これは、他の防衛機制とセットになって作用します。どうしても受け入れられない出来事に対して、現実には、型紙を彫り、箔下糊を付け、30色はあるかという箔から選んで貼り合わせる、息を止めるような綿密な作業の連続だ。『糊付けが自分でできるまでに1年かかる』という。ひとつの作品の完成までを思うと、気の遠くなるような光景での闘いだ。

③隔離(別物として分ける)
どうしても受け入れられない出来事に対して、それから引き起こされる強い情緒体験を切り離す働きです。現実とそのときの感情の間に距離を置いて隔離することにより、不快な状態に陥らないようにするわけです。いわゆる感情の麻痺と言ってもいいでしょう。

④投影(発生源が逆転)
自分自身が抑圧しているもの、不快なものを他の人が持っているかのように感じる働き。つまり、自分の中に嫌なものがあることを通して映し出されます。そして、自分が認めたくない自分の影の部分が、相手に反射して自分に投げかけられるようになり、自分がそのように思われていると錯覚するようになります。

彩りと煌に誘う箔芸術の風景

時の流れに蘇る日本の美の旋律



古色豊かな煌きをもつ箔アートの美が誘う世界は、深い魅惑の不思議な安らぎを与える趣きだ。

作品を完成させるまでには、型紙を彫り、箔下糊を付け、30色はあるかという箔から選んで貼り合わせる、息を止めるような綿密な作業の連続だ。『糊付けが自分でできるまでに1年かかる』という。ひとつの作品の完成までを思うと、気の遠くなるような光景での闘いだ。

箔アート「萌の会」を主宰する。美的センスは言うまでもなく、眼の力が作品を彩る。今は在籍する十数人のお弟子さんの前途を楽しみながら、己が技をも磨く。

井上萌清さんは「その家元の一番弟子に学んだ」師が操る手元を見つめた直系の箔アート作家だ。



箔アート作家
井上 萌清さん

作品を完成させるまでには、型紙を彫り、箔下糊を付け、30色はあるかという箔から選んで貼り合わせる、息を止めるような綿密な作業の連続だ。『糊付けが自分でできるまでに1年かかる』という。ひとつの作品の完成までを思うと、気の遠くなるような光景での闘いだ。

箔アート「萌の会」を主宰する。美的センスは言うまでもなく、眼の力が作品を彩る。今は在籍する十数人のお弟子さんの前途を楽しみながら、己が技をも磨く。

井上萌清さんは「その家元の一番弟子に学んだ」師が操る手元を見つめた直系の箔アート作家だ。

名作映画の舞台裏

公式長編記録映画 日本万国博

原題: Expo'70 1971年 日本
監督/谷口千吉 企画/日本万国博覧会協会
総プロデューサー/田口助太郎 ナレーション/石坂浩二

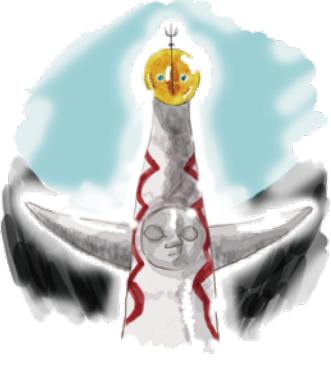
vol.13

華やかで活気と希望に溢れる様子に
ワクワクが蘇り、元気が湧いてくる

1970年、大阪の千里丘陵で「人類の進歩と調和」をテーマに開催された「日本万国博」。雪の舞う同年3月13日から万博閉幕の9月16日までの約180日間のドキュメンタリー映画です。

開会式や閉会式、個性豊かなパビリオン群などの記録だけでなく、アメリカ館の「月の石」を見ようと何時間も長蛇の列に並ぶ人、ようやく目にした人の声など、当時「人類の未来の夢」とあの頃の「未来」である現在を比べると、叶っていることもあれば、未だに「未来の夢」であることもあり…。「懐かし

い」以上の感慨を覚えることでしょう。当時行けなかった方も、大混雑で回りきれなかった方も、50数年経た今、万博の全容を見ながら、活気と希望に溢れるあの頃を思い出してみてもいかがでしょうか。



由美かおるの
ビューティコラム

芸能生活 59 年目、15 歳でデビューしてから女優として第一線で活躍してこられた由美かおるさん。73 歳の現在もデビュー当時の体型を維持し、奇跡の美貌と注目されています。加齢による足腰の痛みや更年期の不調もなかったという、その健康と美貌の秘訣について教えてもらいます。

VOL. 1

由美かおる
ブリージング「呼吸の大切さ」

今年で 74 歳になりますが、ありがたいことに「若いわね」「体型が変わらないね」なんて言っていただきます。その秘訣と言えるのが「呼吸」。だって人間は 1 日に 2 万～2 万 5000 回呼吸をしています。90 歳まで生きると仮定すれば、一生のうちにおよそ 8 億回もの呼吸をしている計算になります。人間の身体や健康の維持増進において重要でないはずがないですね。

中国医学では「気血」の巡り、すなわち人間が取り入れる空気とそれを身体に巡らせる血液が正しく循環することにより、人間の健康が維持されると考えられています。身体に取り入れられた酸素は、細胞の活性化、血行促進、基礎代謝の向上や免疫力アップ、疲労回復、脳の活性化など様々な働きます。肌や髪にも栄養が行き渡り、精神面でも大きなメリットをもたらします。

私自身、この数十年、病気や疲れで仕事に穴を開けたことは一度もありません。50 年以上ほぼスリーサイズは変わらず、お肌のケアもあまり手をかけず髪も特別なケアはしていませんが、黒髪は自慢の一つです。

由美かおるさん 1950 年生まれ。12 歳で「西野バレエ団」に入団。1966 年に女優デビューし、「水戸黄門」(TBS 系)には約 25 年間出演。現在は独自の呼吸法の指導にも尽力。近著に「由美かおる ブリージング・レッスン：人生 100 年時代を生き抜くための神呼吸術」(白秋社)。

由美ブリージングのホームページ
https://yumi-breathing.com



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/2024年7月31日(当日消印有効)

『由美かおるブリージング・レッスン
人生100年時代を生き抜くための神呼吸術』
由美かおる著(3名様)



今号よりコラムの連載(7面)がはじまった、由美かおるさんが、ご自身で体得し磨き続けた呼吸法「由美ブリージング」を丁寧に解説。強く美しいカラダを獲得しましょう！

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/既に購読している
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
Q6.ご感想をお聞かせください。

ご応募先

〒530-0015 大阪市北区中崎西2-4-12
梅田センタービル25F
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 夏号」係

二次元コードから
応募できるように
なりました！



Heartful Message

単立・藤井寺キリスト教会
ロングライフうつぼ公園
ロングライフ苦楽園 芦屋別邸

チャプレン
菅原 義久

不敬虔な者を義とされる方

ローマの信徒への手紙4章5節

第28代日本銀行総裁：速水優さんが日銀総裁になる前、教会に行き祈った後に総裁職を引き受けたというエピソードと共に「敬虔なクリスチャン」と紹介されていました。クリスチャンという言葉には、何か枕詞のように「敬虔な」が使われるようです。

では、「敬虔」とは何でしょうか？一般的には、「うやまい、つつしむこと」特に「神仏に服従し、つつしみ仕えること」を意味する言葉と定義されているようです。けれども、世間一般の印象としては、酒も飲まない、タバコも吸わない、毎朝聖書を読んで、祈ってから仕事に出掛ける、というようなものなのでしょうか。恐らくは「清く、正しく、美しく、貧しく」といったイメージ

なのでしょう。

しかし、もし「敬虔」がそのようなことを指し、そういう人でなければ教会に行けないとするならば、それは大きな間違いです。なぜなら、酒を愛してタバコを吸い、ろくに聖書を読まない人も堂々とクリスチャンと名乗れるからです。

世の中には、様々なクリスチャンが存在しますが、敬虔を含めたことで一つだけ言えるのであれば、タイトルにあるように「不敬虔な者を義とされる方(義とされるとは、神に受け入れられる者として下さったこと)」がおられる。即ち、それがイエス・キリストというお方ですが、そのお方を信じている者がクリスチャンなのです。

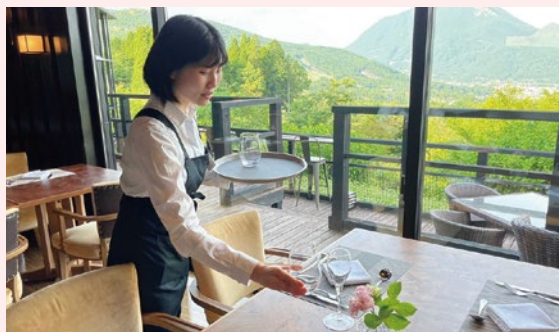
動く、変わる、進化する

We continue to challenge ourselves

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!」とお喜びいただけるよう、様々な取り組みを行っています。



いちごフェア アフタヌーンティ付き現地体験会



ときリゾート由布院別邸でのおもてなし研修

昨年秋、「GFCスペシャリスト」が誕生!

**お客様のご満足の
ために活動の幅を
広げています**

「『ラビアンローズ緑地公園』

「GFC（グッドフィーリング・コーディネート）」それは、お客様への「文化的背景の尊重」、「心地よい空間」、「質の高い身体ケア」を追求するロングライフ独自の理念です。この理念を日々実践するために、各ホームにイベントプログラムなどの企画・演出をする「グッドフィーリング・コーディネーター」を配置しています。そして、さらなるGFCの浸透と発展に向け、「GFCスペシャリスト」が誕生しました。モデルルームの設えや環境整備、イベントプログラムの活性化、ホームのGFC担当者や連携してGFCプログラムやホームイベントの活性化などを最優先で行うスペシャリストです。

を筆頭に、力を入れているゾーンングもより良い環境づくりのための取り組みの一つです。ホームには様々なフロアがありますが、お客様がフロアを活用しきれないのが課題でした。ホームを一杯移動いただいて、ホームのお暮らしを楽しんでもらおうと工夫しています。『ラビアンローズ高槻』ではハワイ館、ローマ館なども作っただすよ」と日本ロングライフ株式会社GFC室の浅海菜奈子さん。

各ホームのGFC担当者はケアや夜勤などの日常業務もあります。GFCスペシャリストと協力することで、よりスピーディーで質の高い取り組みが可能となるのです。

「お客様から、毎日をもっと楽しくなった、前向きな気持ちになった、などのお声をかけてもらうと嬉しいですね」

GFCスペシャリストの活動はこの先どんどんブラッシュアップし、さらなるご満足を目指し続けます。

中国から福祉施設担当スタッフが来日研修

**日本のきめ細やかな
対応を中国でも
実践したい**

4月10日(水)～16日(火)、中国人スタッフ3名が来日し、研修に参加しました。中国山東省青島市郊外で進行中の新たな街づくり「小蓬萊プロジェクト」の中心メンバーで、今回の研修の目的はロングライフのホーム見学と職場体験、GFC研修を通して、ロングライフグループの考え方、お客様との接し方、日本の高齢者福祉に関する現状を知り、今後のサービス提供に役立ててもらうことです。

支配人候補の邢斌(シンビン)さん曰く、中国では介護福祉の仕事は地域社会から尊敬されているそう。「中国も日本同様、急速に高齢化が進んでおり、サービスのより一層の充実のために、日本から学ぶことは多いと感じています」

GFC担当候補の于子尧(ユジャオ)さんは、「ご高齢の方々がご自身でおできになることを、可能な限りご自身で行って



ただぐ大切さを改めて学びました。GFCのコンセプトを中国文化と組み合わせようまく機能させ、中国でもより良いサービスをご提供したいです」と学びも多かったよう。

福祉サービス管理者候補の毕圣彬(ビシンビン)さんも、「施設的设计や日本のスタッフの忍耐強さと心遣いに感銘を受けました。日本で見た成熟したサービス業を母国に持ち帰り、中国で発展させたいです」と意気込みます。

「日中の交流を深めることで双方ともにより良いサービスを提供できると思います」との邢さんの言葉通り、今回の研修を日本のサービス向上にも繋げていきます。

グローバル人材の研修体制も充実

**日本や介護の仕事を
好きになってもらう
機会にも**

5月2日(木)、『ローズパークシニア』の近況報告ではリラックスしてお国言葉で話していたメンバーも、講義が始まると真剣モード。日本のビジネスマナーや日本語特有の敬語、礼儀、「ほうれんそう(報告・連絡・相談)」などを学び、グループワークにも取り組みました。

『ロングライフ高槻』でサビリースリーターとして働くワウー・コーさん(第一期・20年3月入社)は、「楽しくてやりがいがありま

す。将来はミャンマーで、日本とミャンマーの架け橋となるような事業を起こしたいです」と語り、「日本語も介護の仕事もわからないことが多いですが、わがうとする気持ちが大切」と後輩たちアドバイスしました。

「母国で日本語を勉強し、来日して就職するだけでもかなりの努力が必要かと思えます。学ぶことに貪欲で積極的、理解度も高い人材が多いですね」とGFC室長の遠藤真理子さん。駆けつけた日本ロングライフ株式会社代表取締役役会長桜井ひろみさんも「皆さんの働きぶりを見て、ホスピタリティを大切に、お客様と心から向き合ってください。絆を結ぼうというのを感じます。絆を結ぼうという気持ちで、今できることを心を込めて頑張ってください。その毎日の積み重ねで、きっと成長できます」とエールを送りました。

