



私たちがご一緒に！ 新しいセカンドライフへ



「もしもの備えがあるから」 自分らしく輝ける場所が、ここにある

いつどこで何が起こるかわからない…震災やコロナの蔓延などが記憶に新しいですが、ただ不安を抱えているだけでは日常を楽しめません。非常時を耐え、乗り切るためには、「もしも」を想定して準備しておくことが大切です。

そこで重要視されているのが、次ページで紹介している「BCP（業務継続計画）」です。お客さまの安心・安全のために、ロングライフグループでも全社をあげてBCPの取り組みを進めています。非常時におけるスタッフの冷静かつ迅速な対応はもちろん、お客様にいつでも温かい救いの手があることを感じていただくことも大切。そのためにも常日頃から信頼関係を築くことが重要だと考えます。

次ページでお話を伺った直木賞作家の皆川博子様は、『ロングライフ棍ヶ谷』に移り住んでからも精力的に執筆を続けられています。これまで通り作家活動に専念できるのは、「これまでの生活リズムを維持できるから」であり、「安心感、信頼感を持って暮らせるから」とおっしゃいます。「健康面も訪問医の先生に適切なご指導をいただけるので心強いです。90を過ぎると、どうしても孤独感、寂寥感を抱くものですが、スタッフの方々の明るい笑顔に接するだけで忘れられます」。

皆川様はスタッフに感謝の言葉をくださいましたが、スタッフの方こそ皆川様のように現役で元氣ハツラツと輝かれているお姿に勇気づけられています。ロングライフグループでも、「大阪府女性活躍リーディングカンパニー」認証をいただけるほど、多くの女性が活躍しています。お手本となる人生の先輩方が身近にたくさんいてくださる環境に感謝し、どんな時でもお客様のご期待に応える全力でサポートできるよう、精進し続けます。



4・5面をご覧ください

LONGLIFE GROUP社内報 vol.303

ロングライフ通信 春号



MESSAGE
桜井ひろみからのメッセージ

PICK UP NEWS
ピックアップニュース

GOOD FELLOWS
私たちの良き仲間

INFORMATION & COLUMN
よりコラム

WORKING VIEW
輝き続ける人 1日のお仕事紹介

季節の花

チューリップ Tulip
*花言葉「思いやり」「博愛」

DEPARTMENT INTRODUCTION
輝き続ける部署紹介



非常時でも安心・安全なケアをたやさないために… 「BCP」をご存知ですか？

2024年4月より、介護事業所での「BCP」策定が義務化されます。「BCP」は「Business Continuity Plan」の略で、大地震や水害などの自然災害、感染症の蔓延といった非常時でも、可能な限り業務を継続したり、早期に復旧したりできるよう備える「業務継続計画」です。ロングライフでは義務化に先駆けて、BCPの取り組みを進めています。

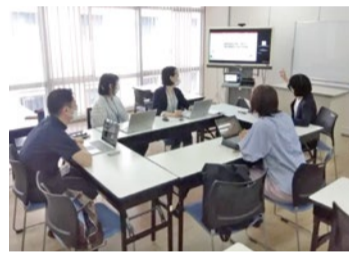
ロングライフ独自で マニュアルを作成

自然災害により、公共交通機関が止まって職員が出勤できなくなったら…。大雨で周辺が浸水したら…。ライフラインが途絶えたら…。そんな状況をどう乗り切るか。感染症においては感染対策をしながらのケア、休業職員のフォローなど長期的な対応が要求されます。自然災害と感染症、それぞれを想定した備えが必要なのです。

ロングライフグループでは、2021年9月にBCP策定委員会を立ち上げ、定期的にミーティングを行っています。外部の講義や勉強会に参加し、近年の災害から学んだことも盛り込みながら、独自のBCPマニュアル（災害・感染）や机上訓練資料を作成。近日頃からは研修を行います。

日頃から研修を行い 緊急時も冷静な対応を

2023年7月からは入社研修においても「災害シミュレーション」と「緊急事態対応」の講義を開始。机上訓練も年2回以上行っています。1月26日（金）に行われた、専門職対象のロングライフ・エルケア合同部会でも、机上でのBCP訓練が行われました。地震のケースを例に、発生直後から1時間まで、災害から一晩けた頃、それぞれ最悪の状況を想定して専門職である自分の立場でどのような行動が必要かを考え、



「私にとって『ロングライフ梶ヶ谷』入居はベストな選択でした」

細やかなサポートで
よりよい「日常」を

直木賞をはじめ受賞歴多数、数々の傑作を世に出してこられた作家 皆川博子様は、2020年より「ロングライフ梶ヶ谷」にお住まいです。90歳を過ぎても筆の勢いが止まらないその元気の秘訣を探るべくお話を伺いました。

好条件はもちろん
温もりが決め手に

皆川様は70代の頃から、ご自宅の玄関先にある石段の昇降がつかなくなったため施設に身を託そうとお考えだったそう。

「87歳の時、大腿骨を骨折してから歩行が不自由になりました。新型コロナウイルスのパンデミックで日常生活がもっとも不便になり、施設に身を移すことにしました。」

皆川様が施設選びにおいて掲げた条件「デスクトップ型パソコンの設置とネット接続が可能なこと」「私室に浴室があり自由に入浴できること」「居室の広さは40㎡以上」を満たし、しかも自宅から車で10分足らずの距離だったのが、「ロングライフ梶ヶ谷」でした。

「見学に伺うと、当時のホーム長さんが駐車場まで出迎えて、足元のおぼつかない私を抱き支えて案内してくださいました。他にも見学しましたが、このように温かい雰囲気のホテルは初めて。すぐ入居を決めました」

習慣は今まで通り
安心は今まで以上

ここでの暮らしで特に嬉しいのが、「生活スタイルを変えなくていいこと」だとおっしゃいます。

「行きつけの喫茶店で、前日書いた原稿を読み直し、ガラ（校正刷り）をチェックし、資料を読むのが何十年にもわたる生活スタイルでした。編集者との打ち合わせもそのお店。従来のスタイルを続けられています」

電話でのタクシー依頼や宅配送受など日常の対応はもちろん、一昨年、右肘を骨折・手術された時もスタッフの手厚いサポートが身に染み込ませました。



皆川博子様著の『開かせていただき光栄です』の読者プレゼントがあります。(7面をご参照ください)

日本ロングライフ株式会社
有料老人ホーム・保育園事業

19拠点



ロングライフホールディング株式会社
グループ会社の経営管理

2拠点

Long Life Group 221 Bases

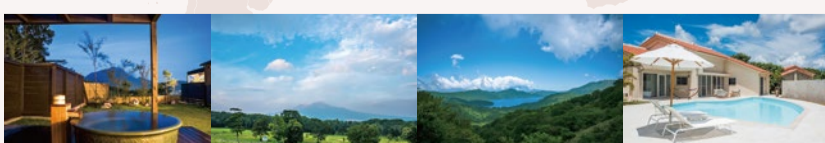
エルケア株式会社
総合在宅介護サービス
有料老人ホーム・グループホーム
就労継続支援B型事業所・グループホーム
教育事業
訪問歯科サポート・訪問看護事業
フード事業・グローバルコンサルタント事業

197拠点



ロングライフリゾート株式会社
会員制リゾート

4拠点





「大阪市女性活躍リーディングカンパニー」二つ星認証を取得!

「大阪市女性活躍リーディングカンパニー」認証制度とは、「意欲のある女性が活躍し続けられる組織づくり」や「仕事と生活の両立(ワーク・ライフ・バランス)支援」、「男性の育児や家事、地域活動への参画支援」について積極的に推

「大阪市女性活躍リーディングカンパニー」認証制度とは?

二つ星認証★
制度面が整備されており今後実績があがることが期待できる企業
二つ星認証★
制度面の整備に加え実績が伴う企業
三つ星認証★★★
制度面と実績共に二つ星認証を上回る企業

ロングライフホールディング株式会社が、女性が働きやすい先進的な職場と認められました

進する企業を大阪市が定める基準に則って認証する制度で、平成26年度から始まりました。

女性の働きやすさ、活躍実績が 高く評価

ロングライフホールディング株式会社は、2023年12月1日、「大阪市女性活躍リーディングカンパニー」認証事業で「二つ星認証」を取得しました。

「ワーク・ライフ・バランス」「男性の家庭参画」「セカンドステップ(実績等)」の全項目を達成。女性の職域拡大、女性管理職の割合の高さ、有給休暇や育児休業・介護休業などの取得実績、法定時間外労働の削減などが評価されています。そのための研修や制度、取り組みなども認められ、二つ星認証を受けました。

日本経済の活性化に女性の活躍が不可欠
日本における女性の社会参画は徐々に増加していますが、世界的にはまだまだ低い水準です。社会や職場の意識を変え、女性の活躍の場を広げることが、経済の活性化にもつながります。女性が



事業継続計画 Business Continuity Plan

話し合いました。お客様とのコミュニケーション訓練、ハザードマップの再確認、車で高台に誘導するためのルート確認のほか、近隣住民の避難先や行政との連絡拠点としての態勢を整える必要性への言及もあり、地域に根差す企業・ホームとしての役割を再認識する有意義な場となりました。

平常時から準備し、スタッフが緊急時も冷静に対処できる能力を養うことがお客様の安心につながります。引き続きロングライフグループはBCPの運用と緊急事態に備えた研修・訓練を重ね、安心・安全を追求します。

防災備蓄庫・備蓄品などは常に整理整頓し、万が一に備えています(ラビアンローズ緑地公園)

直木賞作家 皆川博子様が語る

「一夜入院しただけですが、雨の降る中、ホーム長さんと事務の方が門前で待っていてくださいました。車椅子に傘をさしかけていただき、部屋はきれいで寝具はクリーニング済みものに交換され、介助用具も設えてあったのです。有難くて胸が熱くなりました」

最後には、「スタッフの方々が過労にならないように」と、気遣いの言葉もいただきました。

皆川博子さん プロフィール
1930年1月2日生。1972年、『海と十字架』でデビュー。推理小説・サスペンス・幻想文学と幅広く、小説現代新人賞(1973年)、直木三十五賞(1986年)、日本ミステリー文学大賞(2013年)、第63回毎日芸術賞(2022年)など受賞多数。

ロングライフ梶ヶ谷

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。

39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。

育成が、おもてなしの人財、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。

ロングライフ医療福祉専門学校

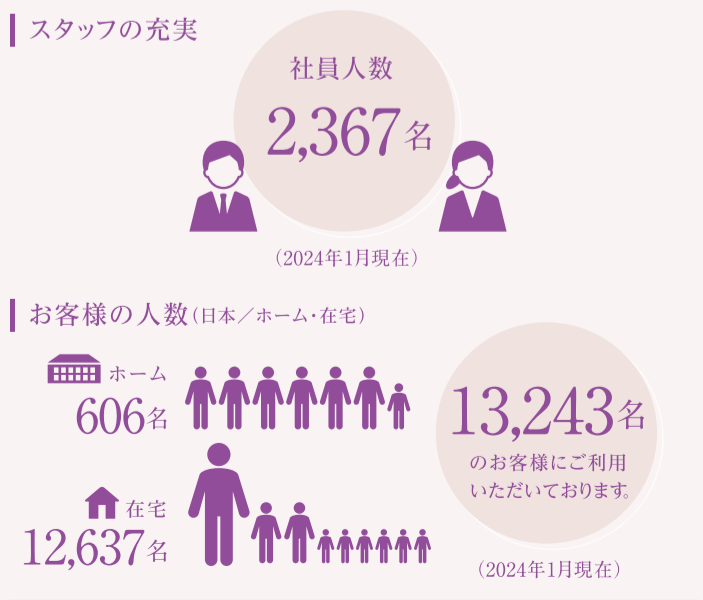
どこよりも早く最先端のケアを開発。どこよりも早く独自のノウハウを **世界へ。**

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





就任のご挨拶

2024年1月26日開催の第38期定時総会並びに取締役会にて、創業者の遠藤正一さん、北村政美さん、そして桜井ひろみさんからのバトンを受け継ぎ、ロングライフホールディング株式会社の代表取締役社長に就任いたしました。

全社員がフィロソフィの冒頭にある「感謝・素直・謙虚」を忘れず、ひとりひとりが成長することで、会社としても成長できると確信しています。時にはサポートもしていただきつつ、皆さんの支えになれるよう「遠藤拓馬」としての資質やスキルを目一杯活かして、一緒にさらなる成長を目指していきたいと考えています。すべてのお客様のHappy & Smileを実現し続けるために尽力いたします！



ロングライフホールディング株式会社・ロングライフリゾート株式会社 代表取締役社長 遠藤拓馬

GOOD FELLOWS

…私たちの良き仲間…



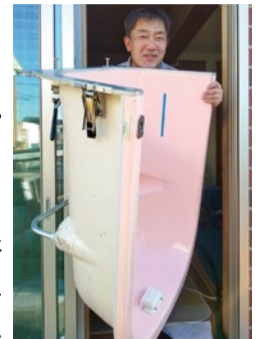
エルケア株式会社
木更津入浴センター 所長

けんいち
賢一さん 2009年2月入社

Q1. 日頃の業務活動で心掛けていること

今年で入社15年目になりますが、当時から現在まで変わらず大切にしているのは、お客様、ご家族様の気持ちに寄り添うケアを行うことです。入浴は楽しみでもありますが、羞恥心の強い方もいらっしゃいます。また、お客様の中にはエルケアの訪問入浴が人生最後のお風呂となる方も少なくありませ

ん。常にお客様の目線でケアを行い、楽しみにしていただいている方にはより楽しんでいただけるように、恥ずかしいと感じている方にも入浴を楽しんでいただけるように係わるスタッフ全員で配慮し、『一風呂入魂!!』の精神で心を込めて業務を行っています。



Q2. 後輩へのメッセージ

お仕事をしていると、これは意味があるのかな?とか、必要ないのでは?と感じることもあるかと思えます。そんな時はどんどん先輩に質問してください。何事も正しく意味を理解して行動することがとても大切です。また、経験は宝ですので色々なことにぜひチャレンジしてください。私自身も後輩の皆さんの意見や疑問から気付くことがたくさんあります。皆さんと一緒に私も日々成長していきたいと思っています。

Q3. リフレッシュ方法

楽しくお酒を飲むこと!仲間とワイワイ飲むのも好きですが、休みの日にゆっくりひとりでお酒を楽しむ時間も大切にしています。おすすめのおいしいおつまみ、大募集中!野菜不足なので、特に野菜を使った簡単おつまみを教えてください(笑)。

1日のお仕事紹介 WORKING VIEW for woman's

輝き続ける人

日本ロングライフ株式会社
ロングライフ神戸青谷

ももか
百香さん 2023年4月入社



1DAY スケジュール

- 9:00 出勤・朝会
- 10:00 ティータイム・
お手洗い誘導
- 11:30 昼食配膳・食事介助
- 12:30 休憩
- 13:30 ユニットフロア見守り
- 14:00 イベント対応
- 15:00 ティータイム・
お手洗い誘導
- 17:30 夕食配膳・食事介助
- 18:00 退勤

Q1. 働く上で大切にしていること

「笑顔」「素早く丁寧に」「どんな仕事もポジティブに捉える」ことです。笑顔で人と接すると穏やかに物事が進む気がしています。また、素早く仕事をしつつも丁寧にお客様と接すること、そして得意でない仕事であっても自分が成長する機会だと、前向きに考えるようにしています。



Q2. 今後の目標について

今後の目標は「お客様のご要望に沿ったスタッフ自身もわくわくするイベントを企画できるようになること」です。最近GFC担当になったばかりで、仕事に慣れるよう頑張る毎日ですが、胸を躍らせるようなイベントを模索していきたいです。お客様との日々の会話を大切に、お一人おひとりの趣味嗜好をもっともっと知っていけるよう努めます。



ひとつだけエピソード

趣味は、旅行・ドライブです。休日は、自然を満喫できる場所です。フレッシュするなどお出かけすることが好きです。

JAPANESE WORK STYLE FROM エルサルバドル

日本ロングライフ株式会社
ロングライフ神戸青谷/ライフコーディネーター

S・ベルガラさん 2023年10月入社



Q1. 日本を選んだ理由は?

⇒『鋼の錬金術師』や『ガンダム』など、日本のアニメに興味があったからです。

Q2. 日本のココが好き

⇒日本文化、歴史が好きです。たこ焼きやお寿司も好物です。

Q3. 日本のココがビックリ!

⇒自動販売機の多さ

には驚きました!

Q4. お休みの日の過ごし方

⇒映画を観たり、漫画を読んだり、ゲームをしています。

Q5. 今後の目標

⇒日本語のスキルアップです。知らない漢字も多いので勉強したいです。

Q6. 仕事で楽しい・嬉しいと思う時

⇒ホームのお誕生日パーティーで、人生で初めて100歳の方にお会いし、すごい

なあと感じました。ケアさせていただいていることが嬉しいです。

Q7. エルサルバドルはどんな国?

⇒中米の暑くて雨の多い国で、サーフィンなど海や山のアクティビティが人気です。



エルサルバドルの人気の観光スポットマヤ遺跡でご家族との記念撮影

私のふるさと自慢FROM奈良

日本ロングライフ株式会社
ライフパートナー推進本部 星組/営業

えりな
恵里奈さん

2023年4月入社



奈良は「田舎すぎない田舎」という風情が魅力です。地元・奈良県宇陀市は大阪まで1時間足らず、名古屋や三重へも行きやすいのに、自然に溢れています。宇陀市と桜井市の境に位置する鳥見山の展望台からは大和盆地が一望できるんですよ。小さい頃からよく食べていたみたらし団子が宇陀の名物だということは、大人になってから知りました。遊ぶところは大阪、京都といえば京都で、奈良がたくさんいる奈良公園 良は何もないと言われますが、自然や歴史的建造物などのパワースポットがたくさんあります。奈良公園の鹿だけでなく、春は「一目千本」といわれる吉野の桜、樹齢300年とされる宇陀の又兵衛桜も有名です。この春は是非奈良へいらしてください。

おかもと よりこ 岡本依子のよりコラム

ヘルス&ナチュラルビューティ
エグゼクティブマネジャー
シドニー五輪
テコンドー銅メダリスト



皆さん、こんにちは!健康と美しさをサポートする情報をお届けする「よりコラム」。

今回は10・11月号でご紹介した「スワイショウ」の肋骨を柔らかく使えるようにするバージョンです。足を肩幅に開き、骨盤をなるべく動かさずに、片方の手を前に放り投げ、同時に反対の手を後ろに放り投げる動作を繰り返すだけです。これだけで固まってしまった肋骨周りがほぐされて全身の動作が楽にできるようになります。そして、繰り返し動作を行うことで、セロトニンが分泌されて幸せな気分になります。

右の二次元コードより、過去の解説動画もご覧いただけます!





Message

「新しいエイジングと
コーディネーション」

日本ロングライフ株式会社 代表取締役会長 桜井ひろみ

今日(2/14)は、広島県福山市に来ております。徳島大学名誉教授・荒木秀夫先生の「コーディネーショントレーニング」セミナー受講の為です。

荒木先生には昨年の11月ナース・ケアマネジャー合同部会にてご講義いただき、その理論と実践に大感激。また、先生のユーモア一杯の表現と柔軟で斬新なお考えに受講した私達は一気にファンになりました。その後、デイサービス中崎・静岡・梶ヶ谷・宮崎台にもお越しいただきました。

NHK テレビ「ガッテン!」でも話題となったつまずかない、転ばない“奇跡のくねくね体操”の荒木先生です。脳が発した命令を早く正確に筋肉に伝え「神経」の通りを良くする事によりケガの減少、正しい姿勢づくりに効果的なトレーニングです。

「コーディネーション」は、“脳”、“こころ”、“からだ”に刺激を与えて潜在的能力を引き出します。

高齢期の“表層能力”(見た目の能力)と“潜在能力”(本当の能力)に付いて「高齢期の方々は、見た目では分からないとんでもない能力を持ってられる」と荒木先生は仰います。私達が

ずっと信じてきた高齢期の方々の持てるお力のことですね。

荒木先生からも「ロングライフグループさんは既に実践できていますね。素晴らしい!」と理念と皆さんの実践を称賛くださいました。

時に人は、自分で自分の行動を抑えているのかもしれない。その抑制機能がかかった状態から、人と人との温かなコミュニケーションや豊かな身のこなし、プラスαのお声掛け、良い環境、これら五感から受けていただく刺激により、再び主体的に人生を歩まれる方向へとお客様をお連れできたら素晴らしいですね。

荒木先生は、教育、スポーツ、健康長寿、行動生理学、子どもの発達、芸術、犯罪…多岐に渡る様々な分野で指導を行っておられます。先生のご専門の範囲の広さに驚きお尋ねすると、物事には共通の原理があり、一見別のように考えられるが、全て基礎と応用からなり、コーディネーションは基礎の部分、あらゆる事に適用できるという理解が深まりました。

ロングライフグループが“コーディネーション”と出会えたことで、新しいエイジングへの道をお創りできるのだと確信しています。



LONGLIFE GROUP社内報
ロングライフ



聖書箇所 ~旧約聖書 箴言 3:5-6~

「心を尽くして主に信頼し 自分の分別には頼るな。どのような道を歩むときにも主に知れ。主はあなたの道筋をまっすぐにごくださる。」

輝き続ける部署紹介

エルケア株式会社

ローズガーデン新大阪

大阪府大阪市東淀川区東中島1-7-23

小さな規模でも多くの機能であったかサポート

ローズガーデン新大阪は、平成24年3月にオープンした小規模多機能型居宅介護サービスで、住みなれた自宅を拠点に「デイサービス」「訪問介護サービス」「ショートステイ」を組み合わせた多くの機能を有しています。魚崎所長を中心に「笑う門には福来る!」を合言葉に、老若男女23人のスタッフで同じ方向を向いて業務にあたっています。日々、いろいろな出来事がありますが、出会いに感謝して、どんな時も明るく、笑顔を忘れず、これからも心を込めたサービスを提供していきたいです。



ライフコーディネーター 2022年4月再入社



滝郎さんからの一言

再雇用していただき2年を迎えようとしています。スタッフ、お客様の優しさと笑顔に支えられ毎日楽しく働かせていただいています。「団結は掛け算」をモットーにワンチームで頑張ってます。

PICK UP NEWS

日本ロングライフ

1月23日(火)、グランフロント大阪にて開催された「健活おおさか推進府民会議」の総会に参加いたしました。大阪府下で健康寿命延伸に積極的に取り組む226団体のうち、代表となる4団体にロングライフグループが選ばれ、健康経営また健康寿命延伸の取り組み事例を発表いたしました。今後もロングライフグループは、業界の枠を超えて日本の健康寿命の延伸の手本となるよう努めてまいります。



エルケア

次期管理者の育成を目的としたチーフ研修が1月23日(火)~6月26日(水)の期間に、参加者16名を4グループに分けた少人数制で各11回開催されます。研修内容は、社内ルール・各種申請や報告物・就業規則・介護保険に係る知識の習得まで多岐にわたりますが、管理者が知っておくべき大事な知識です。講師と受講生の距離が近く個々の疑問点を解決できる集合形式で行い、各回研修会場が変更となるため自拠点以外を見学できる貴重な機会にもなっています。



ロングライフホールディング

ロングライフグループではグローバル人材を積極的に受け入れています。この度、ミャンマーより介護技能実習生3期生を迎えることとなり、1月24日(水)に9名のメンバーが無事に来日されました。来日後は淡路島の研修センターで1か月間、日本語や日本文化について研修を受講しました。3月に入社され、日本ロングライフ株式会社、エルケア株式会社にて現在活躍中です。



エルケア

1月28日(日)、ロングライフ・クイーンズ宮崎台にてスペシャルランチとして、鰻御膳をご提供しました。お客様に大人気の鰻丼に、鰻ざくや茶わん蒸しなど、お腹にも心にもボリューム満点で、「鰻が大好きだからたくさん食べられてうれしいわ」「鰻を食べて精をつけなくちゃね」と喜んで召し上がっていただきました!【メニュー】鰻丼、鰻ざく、茄子の和え物、信田巻、茶碗蒸し、鶏つくねのお汁、練り切り



日本ロングライフ

1月30日(火)・31日(水)、首都圏の3ホームにて「コーディネーション能力から見た高齢者の表層能力と潜在能力」というテーマで徳島大学名誉教授・日本コーディネーショントレーニング協会理事の荒木秀夫先生による健康セミナーを開催しました。ホームにお住まいのお客様やご家族様、地域の方にご参加いただき、盛況のうちに終了しました。日本ロングライフは、セミナーやイベントを通じて地域の方々との交流を積極的に進めてまいります。【コーディネーショントレーニングとは】潜在的能力に働きかけることで、運動を早く学習できるようにするための学ぶ力を引き出す脳のトレーニング。



エルケア

2月16日(金)にエルケアホームガーデン長居公園、2月21日(水)にエルケアホームガーデン甲子園口にて、他社のケアマネジャーの方々に向けて、セミナーを開催いたしました。内容はケアマネジャーが2024年3月末までにすべき介護施設・事業所における業務継続計画(BCP)、虐待防止関係、感染症予防等の項目、書類等についてです。整備内容や準備状況の再確認なども行いました。「必要書類について再確認できた」「しっかりと準備をして、安心して4月を迎えたい」などのお声をいただきました。



現役時代は、たまごパックの開発に貢献 今は「起きている間じゅう楽しい！」

—ロングライフ池田山手 望月宏子様—



割れやすい卵を守り、大量陳列を可能にした「たまごパック」。今も、半世紀前の開発当時の形が受け継がれています。

実りある職業人生 今の輝きの礎にも

半世紀以上、仕事に邁進され「男性社会にいて、オシャレには無頓着だった」とおっしゃる望月宏子様（89歳）。しかし、上品なアクセサリーをアクセントに花柄のジャケットをサラリと着こなす姿は流石です。一時代を築いたお話はとても興味深いものでした。

大学卒業後、大手企業に就職、昭和30年代において男女差別をしない上司のもとバリバリと経理仕事をこなされていた望月様。その時、関連会社の加茂守様に会ったことが、その後の人生を大きく変えることになりました。望月様は共同経営者として会社の発展に尽力、「仕事に失敗しても前向きで、苦にはならなかったですね」と振り返ります。イキイキとお仕事の話がされる様子からも、やりがいをもって打ち込んでおられたことがわかります。

元気なうちに見学・相談 一人より楽しいホーム暮らし

「77歳で仕事を引退してからも、毎年のように加茂さんと海外旅行に行きました。長年の職業癖が抜けず、観光そっちのけで現地のスーパーを見に行ったりして、楽しかったですね」
ところが、同志であった加茂様を85歳で亡くされます。「寂しかったですね。私は縁類が少なく、一人暮らしに不安や不便を感じるようになってきました」

そんなある日、ベッドから降りるときに足を滑らせて腰を打ち入院することになりました。退院の話になり、家に帰っても一人だし、まだ動けないのどうしようかと考えた時、数年前から何度か見学やイベントで訪れていた、ロングライフさんのことが頭に浮かびました。顔見知りのスタッフもいたので気安く連絡でき、迅速にご対応いただきました。こうして87歳の時、病院からそのまま「ロングライフ」に入居することになりました。お話を聞いておいて本当によかったです。



趣味はピアノ。「独学ではずかしい」と謙遜されながらも、レストランにあるピアノを力強く弾いておられました。

情熱と実力で評価を高める ボランティア 劇団

なんとか「なるさ」を確かめあい団結



劇団「なるさ」
代表 大山友子さん

旗揚げして10年余り、またまた「駆け出しの劇団です」という。劇団「なるさ」、設立と時を同じくしてボランティア登録をし、100回以上の公演を行ってきた、実力派だ。

要請があれば「手弁当での出演」だ。その10年を支えた情熱を呼び起こさせるのは「お客さまの笑顔、受け取る報酬の全て、何かをする楽しさ」をどう実現していくか「自己活動だから、公演は無満足にならないで、現状に留まらない」よう自戒し、新しいプログラムを考案し「日々進化させる」。劇団代表として大山さんのセンスの生かしているところである。今では、市の社会福祉協議会の「おすみつき」を自認する劇団「なるさ」は、



22年、尼崎市から優良社会福祉関係団体で表彰された



多彩な技が登場する



各自の自覚による練習にも熱が入る
フラダンスの衣装は「あかいはねちいさないつほプロジェクト」の助成金で購入

「人生を明るく、前向きなスタンスが劇団「なるさ」を固めるバックボーンでもある。人生を明るくするようになるさ、とにかく、明るく、前向きなスタンスが劇団「なるさ」を固めるバックボーンでもある。どうにかなるさ、とにかくなるさ、人生を明るくするようになるさ、とにかく、明るく、前向きなスタンスが劇団「なるさ」を固めるバックボーンでもある。

発達障害① 心とからだ 発達障害 山口 二郎

ココロとからだ すこやかライフ

発達障害とは、生まれつきの脳機能の発達の偏りによる障害で、「病気」ではありません。原因は心にあるのではなく、家庭環境や親の養育、本人の性格でもありません。

発達障害はいくつかのタイプに分類されていますが、これらは先述したように、生まれつきの脳機能の発達の偏りによる障害があるという点が共通します。同じ人に、いくつかのタイプの発達障害があることも珍しくなく、そのため、同じ障害がある人同士でもまったく別のタイプに見えることがあります。個人差がとても大きくなります。得意・不得意の特性と周囲の人の関わりとのミスマッチから社会生活に困難が生じます。

発達障害はその程度が軽い場合から見つけることが容易ではありません。さらに、それを補う能力をもっていること、周囲からのサポートが適切であること、適正がある進路を選択するなどの条件が加わると、いつともありません。

見つけにくくなります。そのようなことで、「ちょっと個性が強い」「ちょっとかわっている」と思われながらも、大きな問題もなく学生時代をすごしたとしても、社会人になって人との交流が必要になる、責任を持つ立場になるなど環境が変わるようになると、隠れていた問題が顕在化し、二次障害として不安・抑うつや身体症状が出現することもあります。

名作映画の舞台裏 vol.12

写楽

原題: 写楽 1995年 日本
監督/篠田正浩 原作・脚本/皆川博子
出演/真田広之、フランキー堺、岩下志麻、葉月里緒奈 他

寛政6年、突如として浮世絵界に現れた、東洲斎写楽。その名を聞いたことがない方はおられないのではないだろうか。約140種の作品を残して消えた謎の浮世絵師・写楽の正体に迫るこの映画の原作・脚本は、本号で取材させていただいた皆川博子さんが手掛けておられます。

舞台は寛政3年の江戸。負傷して役者人生を絶たれた十郎兵衛。第19回日本アカデミー賞音楽賞受賞、同作品賞・監督賞・脚本賞・助

大道芸人から浮世絵師に別の道で名を馳せた怒涛の人生

演男優賞ノミネートの話題作。

思いもかけないことが起こるのが人生。皆さんの秘めたる才能に気づいて花開かせてくれる人が現れるかもしれませんよ。



あたまの体操

思い出すこと、想像すること、計算すること…脳を刺激するクイズをご用意しました。鉛筆を持って「書く」ことも行えば、さらなる脳トレ効果が期待できます。ぜひチャレンジしてください。



Q1 3択クイズ

①ロングライフが創業した1986年、恩賜上野動物園で誕生したジャイアントパンダの名前は？

- A ランラン
- B トントン
- C ホアンホアン

②ロングライフ設立の地、大阪府堺市にある日本最大の巨大前方後円墳は？

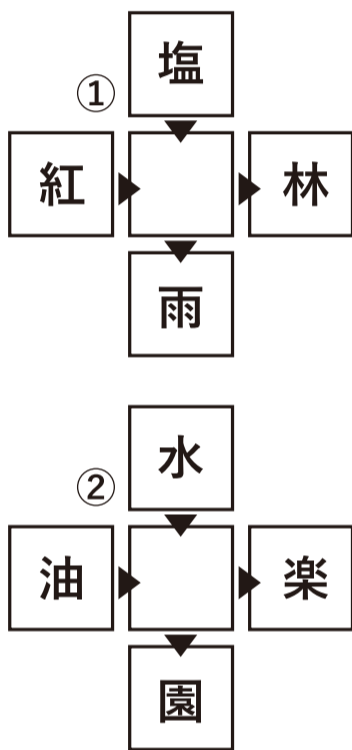
- A 仁徳天皇陵古墳
- B 推古天皇陵
- C 応神天皇陵古墳

③ロングライフリゾートの施設もある石垣島が属するのは、何諸島？

- A 小笠原諸島
- B 八重山諸島
- C 伊豆諸島

Q2 二字熟語クイズ

↓の方向に読んで二字熟語になるように真ん中に入る漢字を並べるとできる言葉は何でしょう。ヒント:ロングライフホールディングの大阪本社がある場所です



Q3 ことわざ足し算

□に入る数字を足したらいくつになるでしょう？
ヒント:ロングライフの創業年数です

- ・武士に()言はない
- ・桃栗()年柿()年
- ・朝()暮()
- ・()転()起き
- ・()つに組む



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4月30日(当日消印有効)

『開かせていただき栄誉です』
—DILATED TO MEET YOU—
皆川博子著 (3名様)



本号2面にご登場していただいている皆川博子さんの第12回本格ミステリ大賞受賞作。十八世紀ロンドン、黎明期の解剖学に焦点を当てる精緻な本格ミステリにして、重厚な歴史ロマンに陶酔必至です！

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/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 春号」係

二次元コードから応募できるようにしました！



Heartful Message

FKK(福音交友会)元教師
ロングライフ池田山手
ホームガーデン長居公園

チャップレン
菅原茂

どうか教えてください。自分の日を数えることを。

詩篇90篇12節

人間が他の動物に比べ優れている点の一つは「文字」を持っていることです。文字を使用し記録として残し続けて来ています。今日では個人のPCやスマホ等で様々な情報を文字だけではなく、映像としても受け取ることが可能となりました。日本に住む私たちには、忘れることの出来ない、そして、忘れてはならない過去から今日に至る出来事があります。その一例として列挙すると、世界で初めての原爆投下地となった8月6日(広島)と9日(長崎)、大地震に見舞われた阪神淡路、東日本、そして能登半島等の1月17日、3月11日、1月1日等の数字です。忘れられないし、忘れてはならない数字です。数字は歴史の事実を記録として

保存する大切な方法の一つです。

私たち一人ひとりにも「自分史」があります。妻の実家には室町時代から今日までの家系が残されているそうです。「人生百年時代」と叫ばれています。皆様の家系図はどの時代まで遡れるでしょうか。

私の戸籍上の誕生日は元日です。今年も子供たちや孫たちが元日に集ってお祝いの席を設けてくれました。その夕方でした。あの能登半島大地震の起こったのは。祝いの鯛やケーキを口にしましたが、複雑な感情を抱きながらの席となりました。これまで経験したことのない元日の一日でした。そして84才となった瞬間でもありました。

ラビアンローズ緑地公園の「ゾーニング」の取り組み

各階に目的に応じた部屋を用意し、お客様がその時々で移動しながら五感で楽しめる環境づくりを進めています。



日々彩りを与える様々なイベントが開催されます
3F ベアハウス



毎日違う上映スケジュールで楽しみが増えます
2F シアタールーム



お茶を飲んだり談笑したりコミュニケーションを深める場に
1F アイビーテラス

「ゾーニング」の取り組みは、コロナ禍の感染対策として聞かれるようになった「ゾーニング」。本来は空間を「区別して活用」することを意味します。ロングライフでもお客様に活発に動いていただくために、「ゾーニング」を導入し始めました。

「ラビアンローズ緑地公園」は服部緑地まで徒歩約4分、梅田まで電車で約15分という好立地です。しかし、お客様が毎日楽しめる環境づくりを進めています。

「ゾーニング」の取り組みは、コロナ禍の感染対策として聞かれるようになった「ゾーニング」。本来は空間を「区別して活用」することを意味します。ロングライフでもお客様に活発に動いていただくために、「ゾーニング」を導入し始めました。

「ラビアンローズ緑地公園」は服部緑地まで徒歩約4分、梅田まで電車で約15分という好立地です。しかし、お客様が毎日楽しめる環境づくりを進めています。



ラビアンローズ緑地公園 佐々野 修 支那人

お客様のグッドフィーリングのために ロングライフは進化し続けます

「ゾーニング」で お客様の交流が活発に

ロングライフグループでは、お客様お一人おひとりの個性や背景を尊重し、日々より良いセカンドライフを送っていただけるようライフスタイル全般をコーディネートさせていただき独自のケアサービス「GFC（グッドフィーリングコーディネーター）」を追求しています。今回は、「ラビアンローズ緑地公園」（大阪府豊中市）を例に新たな取り組みをご紹介します。

コロナ禍の感染対策として聞かれるようになった「ゾーニング」。本来は空間を「区別して活用」することを意味します。ロングライフでもお客様に活発に動いていただくために、「ゾーニング」を導入し始めました。

日外出されているわけではありせん。「お客様にはもっと自由にホーム内の様々な場所や空間を楽しんでいただく」と考えました。

例えばホテルでは食事はレストラン、お茶はカフェ、映画は映画館というように目的によって移動しますよね。そんなふうに目的や時間によってホーム内を味わい尽くしていただくのが、今回の「ゾーニングです」と「ラビアンローズ緑地公園」の支配人佐々野修さん。

フロア移動の機会を作りお客様間の交流が増えることで、新たな活気が生まれています。

「フロア移動の機会を作りお客様間の交流が増えることで、新たな活気が生まれています。」

「フロア移動の機会を作りお客様間の交流が増えることで、新たな活気が生まれています。」

「フロア移動の機会を作りお客様間の交流が増えることで、新たな活気が生まれています。」



ぶらぶら横丁（大浴場への入り口）

「回想療法」で記憶を刺激

ロングライフが実践してきた「GFC」の一つが、昔の記憶を呼び戻す「回想療法」です。「ラビアンローズ緑地公園」にも、昭和初期の雰囲気を実現した「ぶらぶら横丁」を設置。土間やちゃぶ台がある居間や懐かしい形のポスト、本物のお菓子が用意された駄菓子屋さんもあり、昔を思い出した皆さまの表情が輝きます。



レストラン

花、緑、水、風、光
五感に心地よさを
ロングライフは花や緑で彩られ、水が流れ、風や光を感じられるよう設計されています。お食事を楽しむレストランをはじめ、庭やロビー、居室、どこにいても五感を心地よく刺激。お客様のグッドフィーリングをことごとく追求します。



ラビアンローズ緑地公園
介護付有料老人ホーム（一般型特定施設入居者生活介護）
大阪府豊中市長興寺北3-1-40 阪急電鉄宝塚線「曾根」駅より徒歩約15分・
Osaka Metro御堂筋線「緑地公園」駅より徒歩約15分

プログラムの細分化で 誰もが参加可能に

ロングライフグループでは昨年10月からGFCプログラムの強化を進めています。ロングライフのお客様は年齢も心身の状態も幅広く、全ての方にお楽しみいただけるイベントは難しいという問題がありました。そこで、それぞれの状態に合わせて参加できるように、8分野200種類以上の多彩なプログラムをご用意することにしました。

「当ホームでは、午後にならざるうちに、挑戦を続けます。」

「当ホームでは、午後にならざるうちに、挑戦を続けます。」

「当ホームでは、午後にならざるうちに、挑戦を続けます。」

「当ホームでは、午後にならざるうちに、挑戦を続けます。」

「当ホームでは、午後にならざるうちに、挑戦を続けます。」

Let's
ロングライフの柳
第6回
最終回
入選発表
選者／中島羽笛

「令和6年能登半島地震」への支援につきます

この度の能登半島地震によりお亡くなりになられた方々に対し、心よりお悔やみ申し上げますとともに、被災された地域の皆様、ならびにそのご家族様へ心よりお見舞い申し上げます。

ロングライフグループは、日本国際飢餓対策機構（ハンガーゼロ）を通じ、被災地支援として心ばかりの寄付を行いました。今後は、訪問入浴車両の貸与および災害ボランティアなどの支援も実施予定です。行政や自治体、支援団体ともご相談し、実情に沿った支援を続けてまいります。被災地の一日も早い復旧を心よりお祈り申し上げます。

支援のための義援金・寄付をお考えの方は下記をご参考になさってください。なお、送金方法や使用用途など詳細は直接、各団体にお問い合わせください。

- 銀行口座
口座名義 / 石川県令和6年能登半島地震災害義援金
銀行名 / 北國銀行 県庁支店
口座番号 / 普通預金 28593
 - ゆうちょ銀行及び郵便局
加入者名 / 石川県令和6年能登半島地震災害義援金
口座番号 / 00100-8-452361
- 【詳しくはこちらで】石川県庁ホームページ
<https://www.pref.ishikawa.lg.jp/suitou/gienkin0601.html>
この他、お住まいの自治体、日本赤十字社などでも寄付を受け付けています。

お題「もっと自由に、もっと楽しい、 ロングライフ」

愛用の靴。底がかなりすり減っている。あちこち歩いてきたもね。本当にいくつものカーブを曲がってきたらどうか、いや、道だけじゃない。人生の曲がり角もこの靴といふには私は歩いてきたのだ。

今、赤ちゃんの名付けの二位は、男の子が終季、女の子が陽菜だということ。これを「しゅり」「ひまり」と読める人はまずおめでとう。空で「すかい」海で「まりん」となると驚くばかり。

いくつものカーブ歩いた靴の底
高取耀子

お題「私の健康法」

好きなこと
技を鍛えて
真つしぐら
上原加代子

好きなことに熱中するのが私の健康法。ただ、読書とか音楽鑑賞とかヤワなものはダメだね。力いっぱい技を鍛えるものがない。すると、それはゴルフ？ ピアノ？ 剣道？ 空手？

さあ歩こう
あの街か
どの花が待つ
小山博美

健康のためのんびり歩いているだけじゃないよ。きれいな花に会える道をちゃんと選んでいるんだ。春は桜、夏は百合、秋は萩、冬は椿。私を待っている花とおしゃべりするのがとても楽しみ。

