

LONG LIFE TIMES

2022年
10月号
Vol.216
since 1986

発行: ロングライフグループ ☎0120-550-294



明るい笑顔、愛する心、感謝の気持ちを大切に
私たちがロングライフ“エルケア”です



「感動するサービスをお届けします！」



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
- 小規模多機能型
居宅介護サービス
- 居宅介護支援サービス
(ケアプラン)
- デイサービス
- 保険外サービス
- 障がい福祉サービス
- 障がい福祉サービス
共同生活援助
- 就労継続支援B型事業
- 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 共梅田ビル6階
9:00~18:00 年中無休

ロングライフグループは、1986年、「ケアの業界をサービス業へ」との熱い志を携えて創業しました。当初は、民間のケアサービス専門企業として、たった1台の訪問入浴車からスタート。今では様々な事業を展開するロングライフグループですが、原点である訪問入浴をはじめ、訪問介護、ケアプラン、デイサービスなど10種類のサービスを提供しているのが、「エルケア株式会社」です。エルケアでは、「小規模多機能型居宅介護」のサービスにも取り組み、大阪府内9カ所まで提供しています。

小規模多機能型居宅介護とは、2006年に創設された比較的新しい制度で、できる限り自立した日常生活を送ることができるよう、施設への「通所」を中心として、状況に応じて短期間の「宿泊」や利用者の自宅への「訪問」を受けられるサービスです。訪問や宿泊サービスは、利用しているデイサービスでなじみのあるスタッフにより提供されるので安心。エルケアでは、地域との結びつきを大切にし、お客様の心身の状況や環境、ご希望を踏まえて、家庭的な雰囲気の中で、日常生活上の支援や機能訓練を行えるよう、サポートしています。エルケアのサービスビジョンが、「一人でも多くのお客様の自立と尊厳を守り、感動するサービスをお届けします。』であるように、小規模多機能型居宅介護とはエルケアにとって、真骨頂とも言えるべき取り組みなのです。

地域に根差した
お客様第一の介護サービス



「サービスの強みを生かし、生きることを追求」



エルケアが手掛ける数あるサービスの中から、今回は、小規模多機能型居宅とデイサービスをクローズアップ。「ローズガーデン平野」の高橋所長と併設する「デイサービス平野」の橋所長にお話を聞きました。



ローズガーデン平野
(大阪府大阪市平野区
長吉出戸6-14-35)
高橋由美子所長

また、『ローズガーデン平野』はお食事がおいしく、評判です。ロングライフダイニングの栄養士がおいしく、栄養バランスのとれたメニューを立て、心を込め



宝塚歌劇団OGで結成されたユニット「ガイアクローチェ」の様子の様子です

高いサービスを提供するようになっています。人気のイベントの一つに『つもりめ』があり、『あそびね』

小規模多機能型居宅介護のサービス内容

24時間365日、希望に応じた介護を提供することで高齢者ができるだけ住み慣れた地域で自立した日常生活を送れるように支援します

家族の留守中や、家族のリフレッシュ時に宿泊

「通い」で行きなれた場所に泊まれるので環境の変化に敏感な認知症の方にとっても安心。本人の体調や家族の急用や急病など緊急時にも利用できます。



健康チェック掃除・洗濯・お料理などの生活援助 通院・外出のお手伝いなど

必要な時に必要な時間だけ支援を受けられます。



健康チェック・身体介護・レクリエーション・機能訓練など

通常のデイサービスのような時間割がなく、「リハビリだけ」「入浴だけ」など必要なメニュー・時間のみ利用可能で、自分の生活に合わせた過ごし方ができます。



盛り付けにもこだわったおいしい料理が自慢



「通院の介助をさせて頂いたり、お一人暮らしのおお客様にご夕食を提したり、お家の中に入って通いの準備までさせて頂きたい」と、お客様のニーズに合わせて対応しています。また、併設する『デイサービス平野』と一緒にアクティビティを準備するので、質が高く充実しているのも特徴です。私たちがスタッフが楽しむことで、お客様も自然と笑顔になります。『私もやってみよう』という意欲につながるものをこれからも考えていきたいですね。

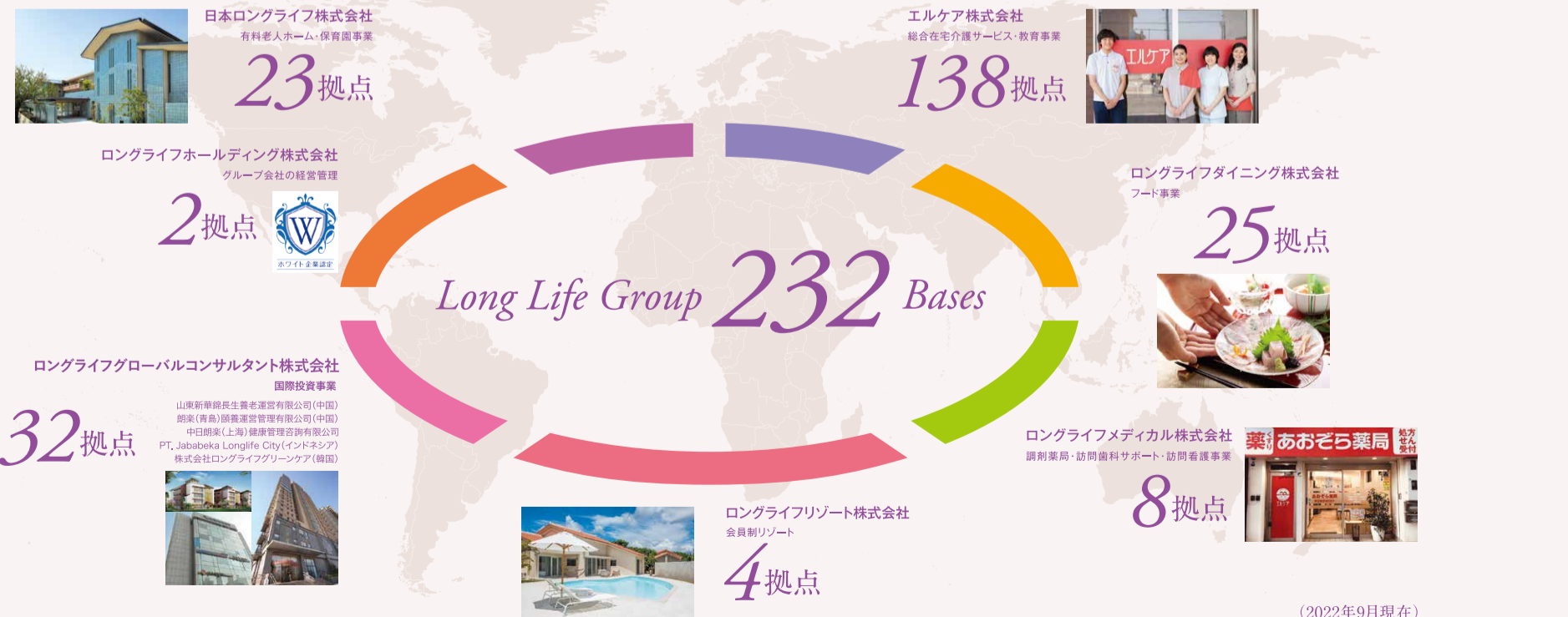
お肌スベスベのお風呂が大評判



デイサービス平野
(大阪府大阪市平野区
長吉出戸6-14-35)
橋さやか所長

「デイサービス(日帰りの介護サービス)」は、介護を必要とする方を施設に送り、お風呂やお食事はもちろん、機能訓練や多彩なアクティビティやイベントをお楽しみいただけるサービスです。「お一人おひとりのご希望に応じて、ご自由にお過ごしいただける点が魅力です」と語る橋所長は、16年。今年の4月からは「デイサービス平野」の所長を務めています。

「エルケアはお風呂が自慢。ヒノキ風呂や岩風呂を設置している所もあります。当センターは炭酸泉のお風呂で、お肌スベスベ、冬でも芯からポカポカ、湯冷めもしにくいと人気です。お風呂を楽しむに通われている方も少なくありません。また、趣味活動、アクティビティにも力を入れています。お客様に喜んでいただけるよう、質の高いサービスを提供するようになっています。人気のイベントの一つに『つもりめ』があり、『あそびね』



ベテラン × 若手 仕事への熱い想いは同じ



ローズガーデン平野
(大阪府大阪市平野区長吉出戸6-14-35)
高橋由美子所長

高橋「小規模多機能型居宅介護として、通いのデイサービスと宿泊のショートステイ、訪問介護に対応していますが、スタッフみんな『してあげるではなく、させていたたく』という思いで取り組んでいます。介護はサービス業。傾聴を大切に、何ができて、何が

高橋「以前、イベントでお客様とスタッフで花笠音頭を踊ったことがあったのですが、いつも車椅子をご利用されていたお客様がその楽しそうな様子を自ら立ち上がり、踊りの輪に入ってくれたのです。ロングライフグループが大切にしている信念『心が動けば体が動く』を実感できた出来事でした。それ以来、その方はよく歩かれるようになりました。楽しいと思えば体が自然に動くでしょう。だからこそ、私たちも心から楽しんでいただけるよう、イベントの準備には全力で取り組んでいます」

高橋「頼もしいですね。井上「お客様が喜んでくださると頑張れるのは、私も実感しています。入社2カ月で初めて訪問介護の現場でケアに携わった時のことです。私は一人暮らしも初めてで家事に不慣れだったため、お客様に『親に甘やかされて育ったんだね』とご注意を受け、ご満足いただけないサービスをご提供してしまつたこともありましたが、私自身思い悩むこともありませんでしたが、苦手なことを大切にケアに専念いたしました。そのお客様は他の施設へ入所が決まり、訪問介護は終了となりましたが、後で『井上さんの訪問が楽しみ。丁寧で元気でよかった』と褒めてくださっていたことがわかり、感激しました。介護業界は、経験や技術がないと喜んでいただけないと思いましたが、初心者の自分でもできることがあるんだと励みになりました」

高橋「まずは自分が楽しんでいただく。それがお客様の楽しいに繋がります。素直に一生懸命やっているとサービス向上につながり、応援してくれる人も増えるでしょう」

井上「介護保険や障害福祉制度をしっかり学び、お客様のニーズはもろろん、お客様自身も気づかれない『ホープ』の部分を引き出せるように頑張っていきたいです。そして、世の中に介護士の役割を認識していただき、自分らしい生活を送りつつけるための援助としてご利用いただきたいです。そのため架け橋になれたらと思います」

高橋「頼もしいですね。井上「お客様が喜んでくださると頑張れるのは、私も実感しています。入社2カ月で初めて訪問介護の現場でケアに携わった時のことです。私は一人暮らしも初めてで家事に不慣れだったため、お客様に『親に甘やかされて育ったんだね』とご注意を受け、ご満足いただけないサービスをご提供してしまつたこともありましたが、私自身思い悩むこともありませんでしたが、苦手なことを大切にケアに専念いたしました。そのお客様は他の施設へ入所が決まり、訪問介護は終了となりましたが、後で『井上さんの訪問が楽しみ。丁寧で元気でよかった』と褒めてくださっていたことがわかり、感激しました。介護業界は、経験や技術がないと喜んでいただけないと思いましたが、初心者の自分でもできることがあるんだと励みになりました」

ロングライフグループ 「エルケアだからで

エルケアは様々な介護サービスをご提供していますが、どの事業においても「こんなことまでしてくれるのか」と感動していただけるサービスを目指す気持ちは変わりません。そこで今回は、地域も世代も超えたお二方に仕事への想いを語ってもらいました。

お客様には「させていたたく」の精神で

小規模多機能型居宅介護サービス、「ローズガーデン平野(大阪市)」の高橋由美子所長は、介護業界11年のベテランで、通所デイサービスから小規模多機能へ異動になって2年半。一方、訪問介護センター「津田沼ケアセンター(千葉県習志野市)」の井上侑香所長は入社2年目で、今年の5月から所長になりました。



津田沼ケアセンター
(千葉県習志野市津田沼6-2-19)
井上侑香所長

高橋「以前、イベントでお客様とスタッフで花笠音頭を踊ったことがあったのですが、いつも車椅子をご利用されていたお客様がその楽しそうな様子を自ら立ち上がり、踊りの輪に入ってくれたのです。ロングライフグループが大切にしている信念『心が動けば体が動く』を実感できた出来事でした。それ以来、その方はよく歩かれるようになりました。楽しいと思えば体が自然に動くでしょう。だからこそ、私たちも心から楽しんでいただけるよう、イベントの準備には全力で取り組んでいます」

高橋「まずは自分が楽しんでいただく。それがお客様の楽しいに繋がります。素直に一生懸命やっているとサービス向上につながり、応援してくれる人も増えるでしょう」

井上「介護保険や障害福祉制度をしっかり学び、お客様のニーズはもろろん、お客様自身も気づかれない『ホープ』の部分を引き出せるように頑張っていきたいです。そして、世の中に介護士の役割を認識していただき、自分らしい生活を送りつつけるための援助としてご利用いただきたいです。そのため架け橋になれたらと思います」

高橋「頼もしいですね。井上「お客様が喜んでくださると頑張れるのは、私も実感しています。入社2カ月で初めて訪問介護の現場でケアに携わった時のことです。私は一人暮らしも初めてで家事に不慣れだったため、お客様に『親に甘やかされて育ったんだね』とご注意を受け、ご満足いただけないサービスをご提供してしまつたこともありましたが、私自身思い悩むこともありませんでしたが、苦手なことを大切にケアに専念いたしました。そのお客様は他の施設へ入所が決まり、訪問介護は終了となりましたが、後で『井上さんの訪問が楽しみ。丁寧で元気でよかった』と褒めてくださっていたことがわかり、感激しました。介護業界は、経験や技術がないと喜んでいただけないと思いましたが、初心者の自分でもできることがあるんだと励みになりました」

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。



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。



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**。私たちが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。



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



お客様の人数(日本/ホーム・在宅)



ロングライフでいきいき タイム Time



人生のなかで思わぬ事態の心の声を聞く

人生を動かしているのは何か。そこに素直に辿りつける人はそう多くないだろう。その意識が働かなくなった時、状態となって表面化してくるのが人びとの評価や判断になる。よい空気を深く吸い、心の眼力を磨きたい。

私生活などを省みず、多くを犠牲にした状態

仕事中毒 その1

内容にもよりますが、物事に熱心に取り組みのは悪いことではないでしょう。特に仕事はいい加減なことをしては大変です。ただ、それが熱心すぎるというのも問題になることがあります。

日本人はよく働くというのが世界の常識ですが、過労死が大きな社会問題であることも事実です。

「仕事中毒」とはしばしば耳にする言葉と思

ますが、ただ仕事が目白くても熱中しているものではないかもしれません。本来生活の糧であるはずの仕事に、余暇や家庭など私生活の多くを犠牲にして打ち込んでいる状態です。そして、このことが熟年離婚につながっているところと指摘されるところです。

また、英語ではワーカホリック (workaholic) と言われるのですが、これは仕事 (work) とアルコール中毒 (alcoholic) の合成語です。ただし、多くの研究者はワーカホリックをギャンブルなどの依存

「ワーカホリック」という言葉は1971年に出版されたウェイン・オーツ著「ワーカホリック」働き中毒患者の告白で初めて登場するもので、結構以前からあったことになりました。それ以後ワーカホリックの研究は盛んになっていくのですが、先述のように複雑な概念があるためこの問題への対処は難しくなっています。

かつての日本では、い

穏やかな誇り

海上を行き交う船を見守った光暗闇の中に 一条の光を投げた時の移ろいと共に 姿は変わった

嵐の夜も 暴風の波荒れる海も 行く人びとや 船に安心を届けた その光は 人びとの心に 灯り 希望と勇気を与えた ありし日

ただ美しい風景と見えた存在が 強力な包容力で危機に對峙する それは人びとの魂に力を与えた 「命」という最高の宝を 護った

いま 穏やかな 陽射しの中で 究極の役目を遂行した 自負と 充実感を包み憩う 姿が優しい

深層を揺さぶり心の活性を生む音楽

音楽療法士の活動現場広く深い



認定音楽療法士 岡田 敦子さん

感性を探り、辿り、蘇らせ、その人の心の世界を活性させていく。表情が変わって、目がいきいきとし、口元がやわらかなリズムに合わせて動き始める。音楽という世界から流れる力は、人びとの心を高揚させ、音楽の奏でるステージの中で、活動を開始させる。それは見事な演出者であり、助演者でもある。



楽器を使い分けて楽し聞かせる

音楽療法士の活躍する現場は広く多岐にわたる。幼児・子どもから、成年、壮年者として高齢者まで、人の居る所、そこには何かの状態で支援を必要とする人が見える像が見えない

感情の何かが自分世界のなかで戦っている場面を覗く。現代の高齢者社会にあつては、高齢者個人や周りの人、高齢者施設などから「音楽療法」に期待するものは多く、要請に応じた広く、深く、深い対応が求められる。音楽ができればそれで務まるという軽いものではない。心の奥深くにある大切なものを揺り動かす、生きている現実の世界へ誘い、



音楽療法が回想療法といわれるのは、脳の活性をさせる力である。音楽を識っているだけで作業ではない、ある意味ではその人に必要な音楽を問いかけてながら奏でる技が磨かれていくか、心の深層に迫れるか。その中にその人の心を泳がせることができるか。

落ち着いた声、相手視線、思いをこに注ぎ込む心の元気応援歌である。

わゆる「滅私奉公」が当たり前のように考えられ、経済成長に大きく貢献していたのですが、海外からは「エコノミックス・アニマル」と批判された時代がありました。

そのような時代をリードしたのが「Aタイプ」と言われる人々だったようです。そして、これらの人々は高血圧、高脂血症から心臓病にかかりやすいことがよく話題になりますが、心理面

- ・過敏で警戒的
- ・行動面
- ・爆発的で、早口のしゃべり方
- ・多動である
- ・食事のスピードが速い
- ・一度に多くのことをやるうとする
- ・いら立ちを態度に表す
- ・挑戦的な言動
- ・特徴的なしぐさや神経質な癖

心理相談員 山口 二郎



風の詩 ころろの風景

山や野辺を覆う緑が粘りこきを見せつけている。その逞ましさ、力強さは見る者に元気を与えてくれる存在として迫ってくる。春の風が、また遠くにあつた頃、葉の一枚も付けない樹木の体は小さく、細く、たよりない風情で、ふるえていたのではなかったか。地の中で溜め込んだエネルギーを吸いあげながら、来た時を待ちわびる期待と忍耐力を、どれ程の注意力で見つめたといえるか。いま、人びとの気力や活力の程はどうか。語る言葉にも、見つめる目の力にも、未来を探ることにも揚々とした意気を感じることが少ないと感ずるが。現代社会は人間を勇気づけるエネルギーは溜められていないのか。使い果たしたのか。消費文明という軽い言葉の中で。物と経済力が闊歩する社会は、人の心の存在を希薄にして縮む時代なのか。人間の姿を合わせ鏡の中に見ながら、大自然の摂理に学ぶ時か。

ココロとからだすこやかライフ

ココロを健やかに保つために

知っておこう「ストレス」について

NPO法人 日本いきいきらいふ協会 副理事長 竹内裕司

「ストレス」とはよく聞くのでなんとなくは分かるけれど、詳しくは分からない、という不思議な言葉ではないでしょうか？



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

茶を飲んだ後、残る茶殻(ちやがら)の再利用について。

- ①魚介類の煮付けを創るときに茶殻と一緒に煮込み魚の生臭さを消す。
- ②茶殻を乾燥して床などに散布し、床や畳
- ③茶殻を乾燥して、鶏の餌に混合して与えれば、卵の中のコレステロールの低下作用がある。また、植物ウイルス作用として

茶がらの再利用で生活に多くの効果がある

お茶は世界で最古の飲料

て、タバコの樹に発生するモザイク病には効果があるが、ほかの樹のモザイク病にも有効か試してみる必要があると考えられます。

中国を起源とするお茶は世界最古の歴史を持つ飲料である。

茶樹の栽培は日本に最初に伝播され、喫茶の風習は1000年余り続いている。

初期はその薬効の故に飲まれていたが、独特な風味を持つことにより健康的な嗜好飲料として現在では世界に広く常飲されている。

効用

皮のエキス(精油)について、ミカン(精油)は漢方では「チンピ」といっていろいろ応用されています。

最近の研究では緑茶は高血圧症、血中高コレステロール症、虫歯などに効果があり、抗菌、抗ウイルス作用もあると報告されている。

そのお茶の生産量よりコーヒーの輸入量の方が多い今日だが、日本が誇る緑茶を1日1杯でも多く飲み、お茶離れから1人でも脱皮してもらいたいと願っている。

ただし「リモネン」は化学合成品ではなく、イヨカンが生合成したリモネンを含んだ皮に有効性を期待し沐浴効果

を期待し沐浴効果。果剤を考えた。

方法を風呂のお湯にイヨカンの皮を入れて、その温浴効果を見ました。モニターの人の基礎体温(35〜37℃)、入浴直後の体温を測り、その後5、10、15、と5分毎に測ります。

その人の基礎体温に戻るまでの時間を「湯(ただの湯)」と同様の方法で体温を測り、その差を比較し評価します。足湯の場合、サーモグラフをとり、各々を比較し、評価し温浴効果を確かめます。

基礎体温に戻るまでイヨカン群は40〜45分後さら湯群は15〜20分であり、20〜30分の温浴効果があった。

は副腎皮質刺激ホルモンが分泌されます。これは文字通り副腎皮質を刺激して副腎髓質の反応に続いて、副腎皮質ホルモンを分泌させます。この副腎皮質ホルモンはいわゆるステロイドホルモンであり、グリーノゲンの合成促進・抗炎症作用・免疫抑制などの作用があり、生体を強化させます。

以上のように脳に集められた好ましくない情報は心の問題だけでなく、身体の問題を引き起こすわけです。

植物の世界

その5 青山健一郎 植物コメンテーター

植物が育つ環境の理解

防除は発生の予防や駆除である

害虫の防除

について

科学が発達していなかった時代には、害虫による被害を回避するためにまじないや祈とうに頼る、いわゆる神頼みしかありませんでした。

その名残として虫除け札や虫送りなどの行事が今も存在している。昔から害虫防除への関心がうかがうことができた。

害虫防除とは、害虫発生の予防駆除の略である。予防は発生の抑制や被害の回避、駆除は発生後における殺虫処理を意味する。

害虫が発生しない環境作りや、農薬をできる限り使用しない方法として、耐虫性品種の導入や、作期の変更、天敵の放し飼いや、人畜無害の天然の忌避剤の使用などが上げられる。

造園とは庭園、公園、遊園地などを造ることをいう。つまり、与えられた土地を上手に利用して、自然の美観をつくりだすことである。

自然の中には幾多の要素が含まれ、必ずしも完全な調和がとれているわけではない。

その中に山や川の風景の美観と四季の変化などがあり、全体として統一のとれた、調和が保たれ、自然美が成りたっているわけである。

造園には整形形式と非整形形式の二つの型がある。前者は人工的なので幾何学的造園とか建築的造園と呼ばれ、後者は自然風景式造園と呼ばれる。

どちらを好まれるかは読者の趣味に任ずる。

与えられた土地空間に自然の美

集められた好ましくない情報は心の問題だけでなく、身体の問題を引き起こすわけです。

一連の反応の主役は自律神経系と内分泌系の二つの系統があり、これらは体内の状態(環境)を一定に保つように働きます。

これは体内環境の状態を自分の意志で判断して調節することは非常に効率が悪いので、もしそのようなことをしていればそれこそ睡眠をとることもできなくなってしまう。

自律神経系は二つの系統があり、ほぼ逆の働きをしています。一つは交感神経と呼ばれるもので、具体的には心臓の動きを緩めたり血糖値や血圧を下げる

物に進化する過程で脳が自動的に体内環境を判断して調節する機能を獲得したわけです。

自律神経には二つの系統があり、ほぼ逆の働きをしています。一つは交感神経と呼ばれるもので、具体的には心臓の動きを速めたり血糖値や血圧を上げた

りするなどの反応が現れ、身体を活動(闘争)するのに適した状態に変化させるものです。

そして、もう一つは副交感神経系と呼ばれるもので、具体的には心臓の動きを緩めたり血糖値や血圧を下げた

保つために重要な働きをします。

現地レポート

心とける場所

「ときリゾート由布院別邸」で五感が喜ぶ休日を



身も心もほぐしたい…そんな時に訪れたいのが温泉ではないでしょうか。今回は、温泉湧出量、源泉数ともに全国有数の豊かさを誇る由布院温泉にある、心身を満たしてくれる「ときリゾート由布院別邸」での休日をご紹介します。



大自然の迫力と雄大な絶景に感動

大分空港に降り立ち、今回は別府経由で「由布院別邸」を目指しました。空港すぐのインターから高速道路を使えば約1時間で行けますが、「由布院別邸」の上田雄太副支配人がお薦めだというドライブコースの絶景を楽しみたかったので。海沿いを走り、やまなみハイウェイを通るルートを選ぶと、雄大な由布岳に圧倒！大自然の偉大さと迫力を感じ、旅気分が一気に高まりました。



チェックインの14時前に到着。ひんやりした空気の中、敷地の一番高台にあるフロントへと向かいます。目の前には「豊後富士」の異名を持つ由布岳がそびえ、眼下には由布院の街並みを一望。周辺には建物がなく、大自然のど真ん中にある感覚です。とても静かで、時折鳥の鳴き声やBGMと間違えるお客様も多いそう。確かに、まるでヒーリング音楽のようです。

天然木の香りが漂うお部屋には李朝風のアンティーク家具が並んでおり、その和モダンな雰囲気が「大正ロマン」を感じさせます。全室に檜の内湯と信楽焼の露天風呂が完備されていますが、「露天風呂から雄大な由布岳の絶景を望めますよ」と聞いて、まずは露天風呂へ。昨冬から始まったという「湯舟酒」ももちろん注文。由布岳の景色を独り占めし、温泉にたっぷりながら大分の地酒を飲む。まさに至福のひと時。時タリラックスチェアに寝転びながら、のんびり長湯を楽しみました。リビングで寛いでいる時には、窓

露天風呂からも由布岳を独り占め

宿泊するヴィラはシックな色調で、

の外に野生のウサギが！鹿も遊びに来ることがあるそうで、ついつい外を眺めてしまいます。

地元食材も満載 こだわりの美味と絶景

標高約600mの高台にあるレストランで、由布院の夜景を見下ろしながらディナータイム。地元産の椎茸やかぼす、地鶏、別府湾や豊後水道でとれた魚介類、豊後牛や鹿、鴨等のジビエなど、地元の食材を使ったメニューがズラリ。10月頃から大分の関サバ・関アジが旬を迎えます。サバの活け造りもお楽しみいただけます。と聞くと、注文せずにはいられません。



時間と季節が目の前の景色を変える

「秋から冬にかけては、金鱗湖の朝霧が見事です」と教えていただいたので、翌日は早起き。ヴィラを出るとまずは雲海に遭遇。由布岳を囲む街帯が雲海に覆われ、「天空の別邸にきているんだ」という実感が強くなります。車で15分ほどで金鱗湖に到着。前日との気温差によって霧が発生するそう。静かな水面を囲む紅葉と共に霧に包まれる様子はとても幻想的です。

ヴィラでゆったり過ごし、後は、「天空のカフェゆふいん」へ。少し肌寒いですが、せつ々なので由布岳を一望できるテラス席で、大人気の「天空パンケーキ」とコーヒーをいただきました。高さのあるパンケーキが2枚重なり、甘酸っぱいベリーソースがか

朝食をとろうとレストランに向かうと、由布岳の表情が昼や夕方に見たのとは違うことに気づきます。冬には雪景色も楽しめるそう。



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



大分と絶景、いいお湯とおいしいお料理、心身が癒され、エネルギーチャージまでできました。別邸にご宿泊のお客様で、街まで行かれる方は少ないのだそう。「由布院別邸」は、ここだけでじっくりのんびり過ごしたい、そう思える天空のオアシスでした。

名作映画の舞台裏 vol.1 ひまわり

原題: GIRASOLI / SUNFLOWER 1970年 イタリア
 監督/ヴィットリオ・デ・シーカ 音楽/ヘンリー・マンシーニ 出演/ソフィア・ローレン、マルチェロ・マストロヤニ

ウクライナ侵攻で再び注目 「過去の物語」が「今の物語」に

ロシアによるウクライナ侵攻で、今、再び注目されている映画が「ひまわり」です。第2次世界大戦中、ソ連戦線に送られたアントニオ（マルチェロ・マストロヤニ）の消息を求め、行方不明兵士相談所でジョバンナ（ソフィア・ローレン）が担当を請願します。「主人は生きているのね」「死亡が確認されていないことなんです」「だったら生きていたのよ」。そう信じて、写真片手に言葉も通じない農村を訪ね歩き、ある家で若い女と娘が写真を見たとの反応でアントニオがここにいたと気づきます。車で再会するも、ジョバンナはアントニオを振り捨てて汽車に飛び乗りました。しかし、未練を断ち切れないアントニオはジョバンナのもとを訪ねます。そこですでに別々の人生を歩んでいると知り、一人でソ連に帰ることに。列車に乗ったアントニオをジョバンナが見送ります。それは、以前戦場

へ行く若き夫を見送った、同じホームでした。ラストシーン。ヘンリーマンシーニの主題曲が流れる中、地平線まで埋め尽くしたひまわり畑。その下には無数の兵士や市民が眠っている…。

撮影が行われた場所こそ、現在のウクライナなのです。ひまわりはウクライナの国花であり、今では、あるウクライナ人女性がロシア兵に「戦死しても花が咲くように、ポケットにひまわりの種を入れなさい」と叱責したことから、「抵抗のシンボル」となっています。「戦争とは何か」を突き付けられる名作です。

投稿募集

ロングライフタイムズ 新コーナー Let'sロングライフ 川柳募集

募集内容/テーマにそった川柳
[お題] A 今回のテーマ「秋の愉しみ」
B 通年テーマ「もっと自由に、もっと楽しい、ロングライフ」
 各テーマへの想いを自由に表現した作品を募集します

提出物

- 作品 (お一人様何作品でも可)
 ※以下の事項をご記入ください
 名前・ペンネーム・メールアドレス・性別・年齢・ロングライフタイムズへのご意見
- 応募方法/下記住所に郵送か、QRコードからメールでお送りください
- 応募締切/9月8日(木)まで
- 結果発表/入選作品はロングライフタイムズ紙上で発表

[郵送先・問合せ]
 〒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「ロングライフタイムズ 川柳」係

フラワーアーティスト 曾我部翔先生による

花暦 ～はなごよみ～

Vol.5 今月のテーマ「秋のはじまり」



【季節の花】

- ・バラ(ティアモー)
- ・ケイトウ
- ・アマランサス(別名:紐鶏頭)
- ・ヘレニウム
- ・モントブレチア
- ・チョウジソウ
- ・マグノリアの葉(別名:泰山木)



残暑厳しい日が続いておりますが、暦の上では秋。そして花市場はすっかり秋の花で溢れています。今回はシンプルなシリンダータイプの花器に、色合いと質感が特徴的なマグノリアの葉を花留めとして、花をいける方法をご紹介します。夏の間はお休んでいた花の定期便「花だより」も9月第3週から再開いたします。ぜひご利用ください。花と共に過ごす日々は、生きる喜びに満ち溢れています。

【いけ方のポイント】



マグノリアの葉を枝から切り離し、裏表を交互に葉を重ね、花器に入れます。ゆるくならないようぎゅっと詰めてください。硬質でウェーブした葉を重ねることで隙間が生まれ、花留めとして機能してくれます(a)。まずはチョウジソウをいけて全体のフォルムをイメージします(b)。この後は大きな花から、バラ、ケイトウ、アマランサスと順にいけて、仕上げにヘレニウム、モントブレチアをいけます(c)。花通しが接触して潰れることのないように気をつけてください。器・花留めの形状に従いまっすぐと伸びていくようないけ方にしています。マグノリアの葉はドライになっても美しい色を保ってくれるので、何度でも使えますが、葉の部分全体が水に浸かると腐りやすくなるのでご注意ください。手に入りやすい花材としては、椿の葉も葉が硬くて花留めとして使いやすいです。是非お試しください。

ロングライフの各ホームのお花は
曾我部翔先生の
監修を受けています

お部屋でも曾我部先生セレクトの
お花を楽しみませんか?

お花の定期便のご案内

ロングライフのお客さまは
各ホームのフロントへ
一般の方は右記の二次元コード
からお申込みいただけます。



※「花だより」は夏場は休業しております。9月第3木曜日の分から再開いたします。



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年メジ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。

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.14

第4章「革命」

その2「か細い乙女」



「今まで貴女が取り組んできたボランティアとは、全く違う世界です。僕には、この仕事が貴女にあった仕事とは思えません。」

「心細い気持ちのまま、桜田は佐藤と向き合った。開口一番言われた「貴女がこの仕事はできない。」という言葉に、ちのめられそうになりながらも、必死に佐藤の目を見返し続けた。

「僕たちが目指しているのは、今までの入居者が介護される老人ホームではなく、一人の自立した人間が、尊敬され、人としての誇りを損なわれることなく、社会とつながったままに人生を全うする場所です。僕は福祉はサービス業だと考えています。ホームに

れた時間は迫っていた。写真撮る時間も、職務経歴書を用意する時間もない。たまたまもついていた友人と写したスナップ写真の一枚を、証明写真の大きさに切り抜いて貼り付け、走り書きでなんとか体裁を整えた履歴書を握りしめて桜田恵美は佐藤真一との約束の場所へ向かった。

「だからこそ、だからこそ、私はここに来たんです。私はやりたいんです！必ずできます！やり遂げて見せます！」そう叫びたい気持ちを伝えられずに、桜田恵美はうなだれた。

「だからこそ、だからこそ、私はここに来たんです。私はやりたいんです！必ずできます！やり遂げて見せます！」そう叫びたい気持ちを伝えられずに、桜田恵美はうなだれた。

桜田恵美が帰った後、佐藤と一緒に面接を受けた。彼女には申し訳ないが、採用には断固反対だ。「あんな小柄な細い体で体力がいる介護の仕事など到底無理だ。佐藤には桜田が世間知らずの心優しいか弱い乙女しか見えなかった。いや見えていなかったのかも知れない。」

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9月30日(当日消印有効)

ロングライフオリジナル
「アロマオイルasu(あす)」(3名様)



ロングライフグループでは、有料老人ホームやデイサービスなどでアロマを利用したケアサービスを積極的に実施しています。「asu」は、柑橘系のさわやかな香りが特徴のオリジナルブレンドで、明日への輝きや「希望」をイメージできるよう、「asu(あす)」とネーミング。気分を落ち着かせ、リラックス効果が期待できます。

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

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 10月号」係

二次元コードから
応募できるように
なりました!



芦屋食ぱん

ashiya white bread



芦屋食ぱんの美味しい食べ方 Vol.3

食パンで簡単キッシュ

[材料A]ほうれん草(サツと湯がいて2センチほどにカット)、玉ねぎスライス、ベーコン1枚(1センチほどにカット)、冷凍コーン 大さじ1

[材料B]卵1個、牛乳大さじ1、生クリーム大さじ1、コンソメ小さじ1/2、塩コショウ少々、粉チーズ大さじ2、調味液

[作り方]①食パンにくぼみを作り、材料Aを入れます。②次に、材料Bを混ぜ合わせたものを流し込みます。③オーブン予熱180℃で8分ほど焼きます。ボリュームたっぷり食パンキッシュの完成です。焼き具合は調整してくださいね。

Heartful Message

FKK(福音交友会)元教師
ロングライフ池田山手・
ロングライフ長居公園チャペル

菅原 茂

「悪しき者の喜びは短く、神を敬わない者の楽しみは束の間だ。」

前回は「喜んでいられる心は健康を良くし」を記しました。今回は「喜びと楽しみ」について取り上げてみたい。筆者は月に4回ほど電車を利用しています。新型コロナウイルスの予防対策の「環」として、車内ではマスクの着用と会話の自粛が求められています。乗客の大半の方々は手にスマホを持って忙しく指作業をしています。下車するまでの時間、どんな思いで過ごされるのかが気になります。余計なお世話とは思いますが、冒頭の聖句には「喜びと楽しみ」が束の間だと記されています。その範疇の代表は「悪しき者」神を敬わない者だと記されています。私たちは皆、「喜びと楽しみ」と長く続くように期待します。そのためにはどうすれば良いのでしょうか。「神を敬う人でありなさい。」と勧められているように思います。神はささやかなをならぬ公平なお方です。この世の基準ではなく創造者なる神の目に私たち一人ひとりがどのような存在として映っているかどうかが重要です。「神を敬う者の中ひとりでありたい。」そして、喜びの生涯を全うさせていた

悪しき者の喜びは短く、
神を敬わない者の楽しみは束の間だ。

旧約聖書ヨブ記19章23～24節



NMNサブリの売上の一部をモザンビークの若い農夫の支援にあてます

HungerZero ロングライフグループも賛同

飢餓のない世界へ「ハンガーゼロ」



ロングライフの全てのホームに設置されたハンガーゼロ自動販売機

同機構が取り組む「ヤングファーマーズパートナーシップ」も若い農夫を育てることで持続可能な農業を叶えるものです。ロングライフグループも、様々な知恵を出し合い、東アフリカ・モザンビークの若い農夫を支援しようとして「LONG LIFE NMN」の売上金の一部を寄付することになりました。

その他、世界の子どもたちのサポートや売上金の一部が寄付される自動販売機の全ホームの設置、災害時の寄付など、ロングライフグループは様々な形でこのハンガーゼロの取り組みを応援しています。

「ハンガーゼロ」という言葉をご存じですか？ 飽食の時代とされる現代においても、世界に目を向ければ飢餓に苦しむ人々がいまもいます。ロングライフグループも賛同する「ハンガーゼロ」の取り組みについて、日本国際飢餓対策機構総主事の近藤高史様にお話を伺いました。

現地の農夫を育成 ロングライフも支援

「当初は難民支援が目的でしたが、活動を進める中で、飢餓や貧困は緊急時に食料や物資を支援するだけでは解決にはならない、支援先が自立できるまで長期的かつ持続的に働きかけることが大事だとわかってきました。」

「現地では次世代のリーダーとなるような若者を育てることに力を注ぎ、育っています」

「私共は、世界にある物心両面の飢餓撲滅のために「ハンガーゼロ」運動を推進し続けてきました。」



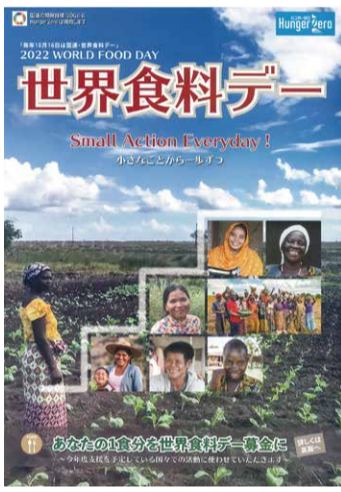
日本国際飢餓対策機構 近藤高史様

物資配布だけでなく 自立の基盤づくりを

現在は、ウクライナへの緊急援助にも尽力。「私も3月にポーランドへ行って食事や掃除のお手伝いをしました。ウクライナとの国境にある、一時避難所には当時千人以上の難民がおられ、不安な思いがひしひしと伝わってきました」

避難所にはジャパンデスクも設置し、これまでに難民15人を日本に受け入れました。

「ロングライフの創業者遠藤さんより支援の申し出がありました」



支援・募金については下記より <https://www.hungerzero.jp>

「日本は飢餓と無縁だと考えがちですが、世界の食と日本は密接に繋がっています。ウクライナ戦争のため世界の食料は値上がり、物流が停止する事態も起こっています。」

10月16日は、国連が定める「世界食料デー」。皆様もこれを機に食料の大切さを改めて考えてください」と近藤様は訴えます。

10月16日は世界食料デー

現在、飢餓人口は約8億人。そんな中、日本では全食料の20%が処分されています。

「日本は飢餓と無縁だと考えがちですが、世界の食と日本は密接に繋がっています。ウクライナ戦争のため世界の食料は値上がり、物流が停止する事態も起こっています。」

10月16日は、国連が定める「世界食料デー」。皆様もこれを機に食料の大切さを改めて考えてください」と近藤様は訴えます。

「私も3月にポーランドへ行って食事や掃除のお手伝いをしました。ウクライナとの国境にある、一時避難所には当時千人以上の難民がおられ、不安な思いがひしひしと伝わってきました」

避難所にはジャパンデスクも設置し、これまでに難民15人を日本に受け入れました。

「ロングライフの創業者遠藤さんより支援の申し出がありました」

「私も3月にポーランドへ行って食事や掃除のお手伝いをしました。ウクライナとの国境にある、一時避難所には当時千人以上の難民がおられ、不安な思いがひしひしと伝わってきました」

食料や人を派遣し ウクライナ難民を援助



ポーランドとの国境にあるメディカの検問所にとどまっている人々



難民となった子どもたち

ロングライフは1986年の創業よりケアサービスひと筋、全国に展開しています。

住宅型有料老人ホーム

介護付有料老人ホーム

ロングライフ 埼玉越谷



クラシックモダンの上質な空間デザインで、優雅な趣

埼玉県越谷市千間台西3-2-15
東武スカイツリーライン「せんげん台」駅より徒歩11分

ロングライフ 成城



ヨーロッパのプチホテルのような空間

東京都世田谷区上祖師谷6-15-8
小田急線「成城学園前」駅よりバス10分「駒大グランド前」バス停より徒歩5分

個別相談会開催

金・土・日
10:00～/14:00～

完全予約制
無料

介護に関する悩みなど、何でもお気軽にご相談ください。コロナ対策万全の体制でお迎えます。

お問い合わせはお客様相談室へ

0120-550-294

受付時間
9:00～18:00
年中無休

全国に23の有料老人ホームを展開しております



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