



左から新戦力の黒田桔平さん、お客様の山田千鶴子様、田淵百香さん、大屋江梨香さん、宗重美喜子様(ロングライフタウン寝屋川公園 エントランスにて)

お客様の毎日こそが 「生きた教科書」

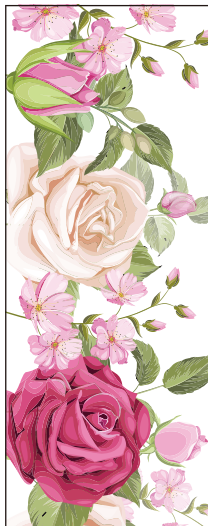
新戦力メンバーが 人生の大先輩に問う 「キラキラ輝く秘訣とは？」

2023年4月、新たにロングライフグループに加わった新戦力メンバーに、入社時研修の最中、特別にロングライフにお住まいのお客様と実際にお話をする機会を設けました。それが、4月13日(木)に「ロングライフタウン寝屋川公園」(大阪府寝屋川市)にて行われた、お客様と新戦力メンバーの座談会。今回、ご協力いただいた山田千鶴子様は御年95歳、宗重美喜子様はさらに1歳年上の96歳! 70歳を越える年齢差を感じないほどお二人とも若々しく生き生きとされており、とてもお元気です。

10代の頃のお話として「師範学校から呉の海軍工廠に学徒動員されて、バーナを使った作業を任せられました」など宗重様から直接体験談を聞く機会にも恵まれました。戦争を知らない新戦力メンバーにとって貴重な体験となりました。

そんな大変な時代も乗り越え、ロングライフで暮らす今は充実の毎日をご満喫。

山田様はまもなくご入居2年、宗重様はご入居1年ですが、ここでの生活に馴染まれ、自分らしい楽しみ方を見つけているようです。それは、サービスマンとしての充実だけではない、「グッドフィーリング」に基づいた「何か」があるから叶うこと。「ロングライフが人生をどう変える場所なのか」、新戦力メンバーはおお客様の生のお声を聞き、それを語られるキラキラした表情を目にすることで、身をもって学ぶことができたのではないのでしょうか。



4・5面をご覧ください

LONGLIFE GROUP社内報 vol.298
ロングライフ通信 6月号



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
LONGLIFE INFO / よりコラム

WORKING VIEW
輝き続ける人 1日のお仕事紹介

6月の花

薔薇 Rose
*花言葉
「美」「愛情」

DEPARTMENT INTRODUCTION
輝き続ける部署紹介



新戦力がお客様に聞く 「ロングライフの真価」

.....

「ロングライフタウン寝屋川公園」(大阪府寝屋川市)にて、同ホームのお客様、山田千鶴子様、宗重美喜子様と2023年度の新戦力メンバーによる座談会が開催されました。取材も入る初めての経験に山田様も宗重様も緊張気味。当日はまだ入社10日目の研修中だった大屋江梨香さん、田淵百香さん、黒田桔平さんもお客様とお話する初めての機会に戸惑いながらのスタートとなりました。

.....



思い出のプリンに 笑顔がほころぶ

和やかな場にしてくださったのが、山田様お手製のプリンでした。

「以前からプリンを作るのが好きで。ロングライフは自室にキッチンがあるのでも時々作りま

す。以前は蒸し器で作っていたのですが、お部屋に電子レンジを入れてからは電子レンジばかり。

ス(「気泡」が入りにくくて蒸し器より上手にできるようになったんですよ」と山田様。

「18年前に亡くなった主人が有名店のプリンより美味しいって褒めてくれた。それ以来、機会があれば作るようになりました」

思い出のプリンの味に、新戦力も「濃厚でなめらか!」「今まで食べたプリンの中で一番おいしい!」「お店で売っているみたい!」と大感激。「簡単だから今度一緒に作りましょうよ」とのお誘いも受け、一気に距離が縮まりました。

山田様と宗重様に共通するお元気の秘訣の一つが「食べる」でした。

「ホームのお食事がすごくおいしくて、舌が贅

沢になったみたい。以前は一人暮らしでしたから好きなものを食べていましたが、こちらだと栄養バランスも考えられてい

るので健康にもいいですね。朝昼晩とおいしいご飯をいただけで幸せです」。そうおっしゃる宗重様のお肌はツヤツヤ。健康にも美容にも食事が大事だと改めて思い知らされます。

「私も食べることが大好きで、若い人の倍、食べるんですよ。おいしいもののためならどこへでも出かけます。ホームが交通至便な場所にあるのでありがたいですね。以前は家事に時間を取られていましたが、こちらに暮らすようになってからは負担が減って自由に楽しめる時間が増えました。近所に暮らす息子家族のところへ行ったり、先日もロングライフのたび俱樂部で石垣島へ旅行もしました。こちらに来

るの健康にもいいですね。朝昼晩とおいしいご飯をいただけで幸せです」。そうおっしゃる宗重様のお肌はツヤツヤ。健康にも美容にも食事が大事だと改めて思い知らされます。

ロングライフが 親孝行の二助に

以前はご主人の転勤で博多、仙台、静岡、名古屋、京都と日本中を転々とされていた山田様。

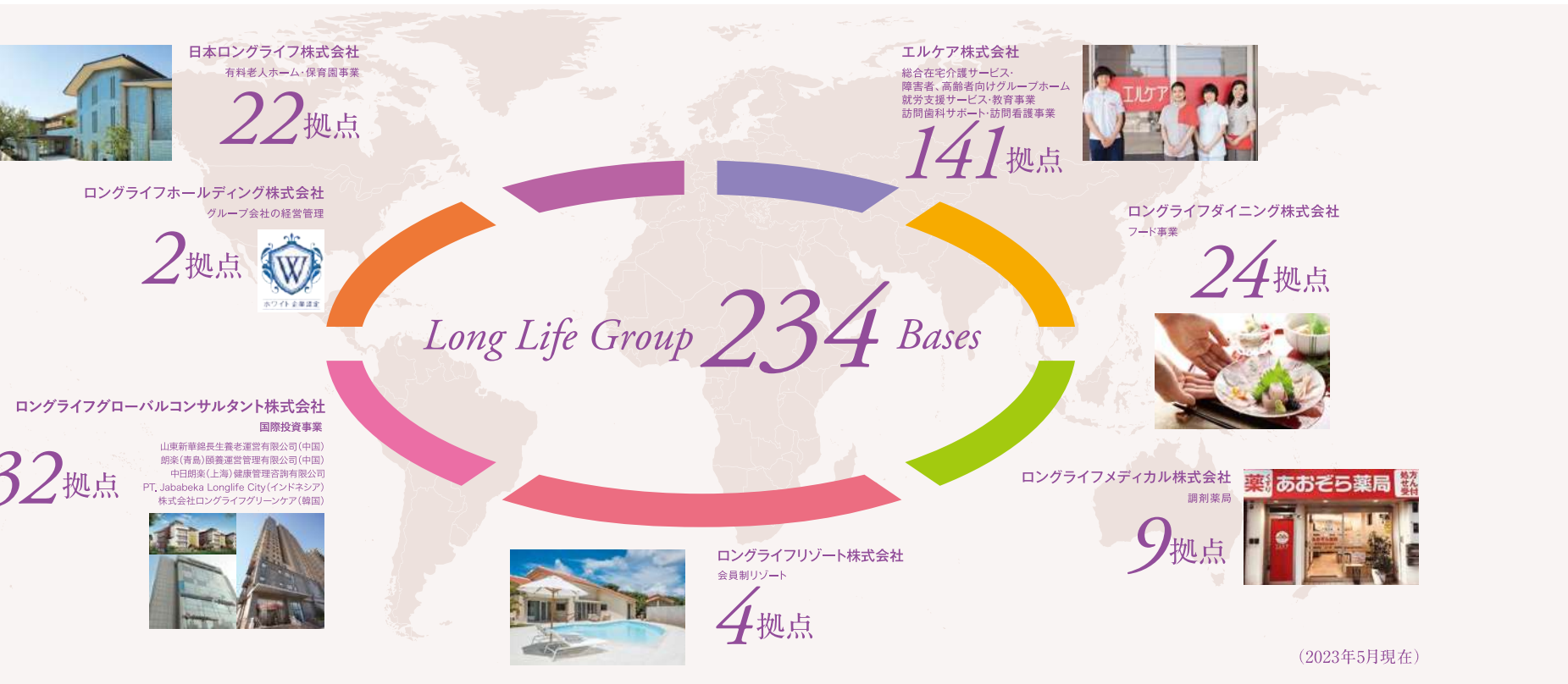
「主人が退職してから海外旅行をたくさんしました。息子がアメリカのニュージャージーに20年間住んでいたの、そこで一緒に暮らしたいとありました」

一方の宗重様は、山口県の小学校で長く教員を務められていました。

「歌つことが大好きで、毎年合唱コンクールに参加していました。中国地方では広島がいつも1位で山口は2位、全国大会

「歩行器でもホーム内の移動には苦労しません。ここではピアノやフルートのコンサートやダンスなど様々なイベントをしてくれるので、積極的に参加しています。お花見やお祭りに出かけたこともあるんですよ。歩行器だとか迷惑をおかけすると思っ

てからの方がアクティブになったみたい」とおっしゃる山田様の笑顔は明るく輝いています。





年齢差は70歳以上！ 先輩たちの輝きこそが、

には出られなくて…。悔しい思いですね」

そんな全く違う人生を歩んでこられたお二人ですが、ここに同居されたのはどちらも息子さんの薦めによるものでした。

「2年前にホームに引越すまでは、（大阪府）枚方市の一軒家に一人暮らしをしていました。でもお庭で2回転んでしまっ、心配した息

新戦力メンバーも感銘 先輩から生きた学びを

宗重様は「新入社員の皆さんにどんな言葉をかけてあげればいいか…」と困っておられました

子をごを薦めてくれたんです」（山田様）。

「1年前まで山口県の一軒家で一人暮らしをしていました。物騒な世の中でもありますし、息子夫婦が自分たちの近くにと、ここを見つけてくれたんです。一人だと生活に不安も多いですが、ここだと安心して暮らせます」（宗重様）。

き、輝く表情を見せていただいただけで、新戦力メンバーにとってはたくさん

「実際にご入居されているお客様とじっくりお話できたのは今回が初めてでしたが、とても楽しかったです」と話す田淵さんも、「人生を楽しく過ごされていて素敵だと思いました」と感銘を受けた黒田さんも、明るくて若々しい様子に「こちらまで元気をいただきました」と口を揃えます。大屋さんも「イキイキとされていて笑顔が素敵でした。これからお客様から人生観を学ばせていただければと思います」と意気込みを新たに

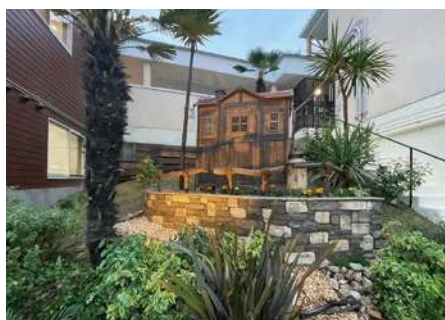
フィレンツェのような美しい街並みと 大阪市内一望の絶景が自慢 ロングライフタウン寝屋川公園

ロングライフタウン寝屋川公園 大阪府寝屋川市太秦緑が丘28-8 アクセス/ 京阪本線「寝屋川市」駅より京阪バス31系統太秦住宅行き「豊野浄水場前」停下車徒歩約3分、JR学研都市線「寝屋川公園」駅より京阪バス36系統寝屋川市駅(東口)行き「豊野浄水場前」停下車徒歩約3分

エントランスの顔を 新しくリニューアル！

約9000㎡の敷地に赤い屋根の建物と街路に植えられた緑が鮮やかな街並みは、イタリア・フィレンツェを彷彿とさせる美しさ。敷地内には商業施設「チャオパルコ」やローズガーデンがあり地元の方々の憩いの場にもなっています。大阪市内を一望、天気が良ければ「あべのハル

カス」が見えるほど見晴らしがよく、美しい夜景も見ものです。この度、地域の方がより気軽に立ち寄りやすいようにと、エントランスがリニューアルされました。流木やアンティーク調のあしらいでぬくもりを表現した魅力ある雰囲気でお客をお出迎えします。



中世ヨーロッパをイメージした、あたたかく可愛い小屋とキャンプファイヤーが出来る井戸



ぬくもりのある石壁と、エントランスには流木があしらわれ、軒裏の照明の“傘”には、わざと錆びついたような加工が施されています。



わざと壊れたような造りのアーチ



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。

ケアサービスひと筋**38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。



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。



おもてなしの人財**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。



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

スタッフの充実

社員人数

2,404名



(2023年3月現在)

お客様の人数(日本／ホーム・在宅)

ホーム
664名



13,216名

のお客様にご利用
いただいております

在宅
12,552名



(2023年4月現在)



vol.298
通信 6月号 2023



エルケア株式会社
取締役副社長
たかぎ ともみ
高木 友美 2009年9月入社



Q1. 日頃の業務活動で心掛けていること

まずはやってみる!です。やりたいと思ったら、できる手段を仲間と一緒に考え、まずは行動することを心がけています。まずはやってみる、の姿勢は時間を有効に使うことができ、答えを手に入れる近道です。皆さんに悩んでいることがあったら、まず行動してみてください。たとえ上手くいかなかったとしても糸口になる兆しが必要です。自分自身そうやって困難な場面も乗り越えました。何事もまずはやってみるの姿勢で今後も取り組みたいです。



Q2. 最近の嬉しかった出来事

お客様ご家族様よりスタッフの皆さまへ感謝のお言葉を直接頂戴いたしました。近隣センター同士が協力し合いサービスに入れた、東日本で取り組んでいる連携力を発揮した事例でした。ご家族様より、「人と人の関わりを大切にされている」とのお言葉をいただき、自宅でお母様と暮らしたいご家族様の思いに寄り添ってくれた所長やスタッフ皆さまの心意気が私も嬉しく感謝の気持ちでいっぱいでした。

Q3. あなたの1本、教えてください

映画「グレイテスト・ショーマン」です。ミュージカル映画にあまり興味がなかった私が一瞬で虜になった本作。成功と挫折を経て仲間の支えで再び立ち上がるストーリーを、音楽の豊かな表現力で全身に伝わる、その世界観に魅了されます。心動かす作品です!



輝き続ける人

社員紹介
WALKING VIEW
for men's

エルケア株式会社
住吉ケアセンター
兼 住吉訪問歯科サポートセンター
ライフコーディネーター

おかむら よしき
岡村 佳貴 2022年4月入社



1DAY SCHEDULE

9:00 朝礼、掃除
10:00 身体介護
12:00 休憩
13:00 通院ケア
15:00 入浴介助
15:30 排泄介助
16:00 生活援助
17:00 一日の報告
18:00 退勤

Q1. 働く上で大切にしていること

考えたことや聞いたこと、見たことをどんなことでもすぐに所長やケアマネジャーに伝えることです。訪問介護においてお客様の状態はケアを行ったヘルパーしか分かりません。そのため情報を余すことなく伝えることがより良いケアにつながると考えています。

個人やセンターとしてだけでなくエルケアという組織として信頼、信用していただけるよう日々意識しています。

Q2. 今後の目標について

今は経験豊富な管理者、先輩方の下でお仕事させていただいています。そのため、まずはその方々がやっている仕事



を自分もこなせるようになりたいと考えています。そうならば少しは自分も成長できたと感じると思うので、今ある目の前の仕事に真剣に取り組みより多くの仕事を任せていただけるようになりたいと考えています。



ひとつだけエピソード

甘いものが好きなので休日はケーキなどを食べに行ったりします。おすすめのスイーツがあれば教えてください。

JAPANESE WORK STYLE FROM ミャンマー

ロングライフ阿倍野/ライフコーディネーター

ニン モー カインさん

2022年6月に技能実習生として来日



私の故郷の町



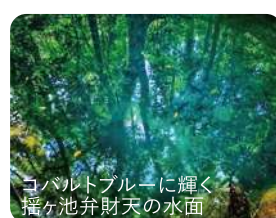
ミャンマーの中央部バガン遺跡です。2019年に世界遺産に登録されました。

私のふるさと自慢FROM熊本

ロングライフ葛西/
ライフコーディネーター

いけがみ まきは
池上 牧甫さん

2022年4月入社



コバルトブルーに輝く揺ヶ池弁財天の水面

私のふるさと、熊本は人口約74万人の都市でありながら市民の水道水の100%を地下水で賄っている、世界に誇る地下水都市です。水の国とも呼ばれる熊本県には、1,000ヶ所以上の湧水があるといわれています。熊本市から20kmほど西に位置する西原村にある「揺ヶ池弁財天(ゆるぎがいはんざいてん)」は、古くから「お池さん」の名で親しまれており、コバルトブルーの水を湛える神秘的な雰囲気漂う直径5mほどの小さい池で、横には弁財天と白蛇の夫婦が祭神として祀られています。霊水には痛む箇所塗りに、飲用することで病が治る力があるとされ、湧水で水面が常に揺らいでいたことから「揺ヶ池」と呼ばれたそうです。近隣にも阿蘇伏流水の湧水地が点在しています。熊本城や阿蘇山のみならず熊本にはたくさんの隠れた名所がありますので、是非一度訪れてみてください。

Q1. なぜ日本へ?

⇒高校生の頃から行きたい国で、とても気になる国でした。

Q2. 日本のココが好き

⇒どこに行っても町にゴミが無く、綺麗な所です。

Q3. 日本のココがビックリ!

⇒ショッピングモールの建物の車を屋上まで上がる所。(屋上駐車場)

Q4. オフの過ごし方

⇒読書が大好きです。

Q5. 今後の目標

⇒自分の国で介護の会社を作りたいです。

Q6. 仕事で楽しい・嬉しいと思うことは

⇒お客様が私のことを思って声をかけてくれた時がとても嬉しいです。

Q7. ミャンマーはどんな国?

⇒仏教の国なので寺院や仏塔(ストウパ)が多くあり、人に親切な国です。

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
デコンドー銅メダリスト



皆さん、こんにちは!シドニー五輪銅メダリスト、ヘルス&ナチュラルビューティのエグゼクティブマネジャー岡本依子です!今月は「楽な歩き方」をご紹介します。楽な歩き方をすると歩くこと自体が楽しくなります。秘訣は、みぞおちとおへその間を引っ張られるように重心移動することです。前ももを使わず、後ろももを使って歩くので、片足で立ち地面から離している方の足を後ろにカールさせて1分ほどずつ立ってウォーミングアップしてください(何かにつかまってもOK)。

右の二次元コードで詳しく解説しています。動画もチェックしてくださいね!





Message

感謝の気持ちが 込み上げています

ロングライフホールディング株式会社 代表取締役社長 桜井ひろみ

皆さま、こんにちは。ロングライフホールディング代表取締役社長の桜井ひろみでございます。平素よりロングライフグループへ格別の温かいお気持ちの数々を賜り、深く感謝申し上げます。そして、いつも『LONG LIFE TIMES』をご愛読くださり、ありがとうございます。今号より編集を一部更新しております。長く続けてまいりました社内通信を、本紙の中に盛り込むことにより、社外の皆さまにロングライフグループのありのままをお伝えさせていただきませんが、社内向けの内容は、もし何か失礼がありましたたり行き届かないことがございましたらお許しくださいませ。改めましてどうぞお願い申し上げます。

この4月、新卒入社社員35名を新社会人として迎えました。コロナ禍の行動制限を耐え忍び学生生活を送った人達。きっとこの経験からしか得られなかった多くを掴んだ心強いメンバー。溜め込んだエネルギーをそれぞれの素適な個性と共に開花させて欲しいと切に願います。

入社式後の研修の日々、清掃や環境整備に庭園造り、地域のポスティング、各グループ会社への配属式…初めて尽くしの毎日を、みずみずしい気持ちで、必死に全てを吸収しようとしてくれています。

私達のようなサービス業は、新鮮な感性が非常に重要です。昨日とは違う今日、この瞬間のお客様との一期一会。毎日のようにお会いしても、その時のお客様を全身で感じ、ニーズの奥にある、ウォンツやホープ、心の願いにお応えしお客様にとっての最善を追及し、全ての現場で『グッドフィーリング』を精一杯共に提供いたしましょう。

また、皆さんのお子様やお孫様、ご親族様も、それぞれに、ご入学やご入社などの節目を迎えられた方もいらっしゃると思います。誠にありがとうございます。新生活がお健やかに豊かな恵みが降り注がれますように、心よりお祈り申し上げます。

最後になりますが、ご家族ご親族の皆さまへ、お父様、お母様、おじい様、おばあ様、ご兄弟姉妹様が、ロングライフグループで頑張ってくださっていることを、理解してくださっていつも応援くださって、本当にありがとうございます。寂しかったり、我慢することもあるかと思いますが、多くのお客様に素適なサービスをご提供する為に、沢山ご活躍くださっています。

ご家族様のお支えがあるから、ロングライフグループでの皆さんのご活躍があること、改めて感謝の思いが込み上げてまいります。



聖書箇所 ～ヨハネの第三の手紙 1章11節～

「愛する者よ、悪いことではなく、善いことを見倣ってください。善を行う者は神に属する人であり、悪を行う者は、神を見たことのない人です。」

輝き続ける部署紹介

日本ロングライフ株式会社

ロングライフ成城 東京都世田谷区上祖師谷6丁目15-8

気付き力日本一のあたたかいホーム

ロングライフ成城の運営は今年で18年目を迎えます。閑静な住宅街に溶け込んだあたたかみ溢れる当ホームは、日々起こるどんなことも前向きに捉えスタッフ一丸となって試行錯誤し、よりよい方向へと導く力が備わっております。お客様の心身の遷り変わりは勿論、設備の異変、スタッフ同士の体調の変化など、どんなに僅かなことでも気付き、行動し、支え合うことのできる自慢のホームです。100歳になられたお客様を筆頭に、皆さまの健康と笑顔の維持に努めてまいります。



サービスリーダー

おおやま ゆうか

大山 侑香からの一言 2020年4月入社

ロングライフ成城は、お客様、スタッフ共に賑やかで優しい方に恵まれ、毎日何処とはなしに笑い声が聞こえてくるようなホームです。日々、お客様のサポートをしながらも勉強し、楽しくいきいきと過ごせる場所です。

PICK UP NEWS

「ロングライフ
ニュースルーム」で

グループに関する
最新ニュースを
ご覧いただけます



朗楽(青島)頤養運営管理有限公司 スタッフが約4年半ぶりに来日しました



4月11日(火)、ロングライフグローバルコンサルタント(株)の連結子会社である朗楽(青島)頤養運営管理有限公司※1の王さんが、中国からロングライフグループ大阪本社にお越しになりました。

王さんは中国の老人ホーム向けに日本の福祉用具の販売業務を行っていましたが、コロナ禍による情勢変化に伴い、現在は主にネット物販事業(L広場 楽天市場店※2)に関わる中国での業務を担当されています。オンラインでのやり取りを余儀なくされ停滞していた事業もありましたが、これからも多くの価値を作り続けていくため、たくさんの人に会いお話ししたい、と来日されました。

日本に来てロングライフを訪れるのは、2018年9月5日に開催された「第15回ロングライフ国際学会」以来のこと。今後は半年～1年に一度は日本と中国をお互いに行き来したいと話します。連携をより強固にし、一層の事業拡大を図ってまいります。

※1…朗楽(青島)頤養運営管理有限公司
中国における合併連携、コンサル連携、ロングライフオリジナル福祉用品の販売等を展開する
※2…L広場楽天市場店
ロングライフグローバルコンサルタント(株)が運営するECショップ



L広場楽天市場店は
こちら

ロングライフリゾート

TOKI最新号発刊のお知らせ

ロングライフリゾート(株)が発行する季刊誌「TOKI vol.14」が発刊されました。今回は一年を通して様々な旅人が訪れる石垣島の春旅を特集しています。観光ハイシーズンに訪れるのとはまた違った、おだやかな島の雰囲気をお楽しみください。また、コーラルテラス石垣島のシェフが腕によりをかけて生み出す「島フレンチ」もご紹介しています。日々のお疲れを癒しに、ぜひときりリゾートへお越しくださいませ。TOKIを購読希望の方は0120-140-142までお問い合わせください。



日本ロングライフ

3周年記念イベントを開催!!

4月15日(土)と16日(日)、ロングライフタウン寝屋川公園にて3周年記念イベントを開催しました。当日は、キッズダンスショーや元宝塚の歌&ダンスショー、琴演奏会やフラダンス等、地元の方にも出演いただき、大いに盛り上がりしました。また、個別相談会・芦屋食ばんの野外販売やキッチンカーの出店等も行い、両日を通して200名を超えるお客様が来園されお楽しみいただきました。引き続き、ロングライフをより多くの方々に知っていただき、地域へ開かれたホームとなりますように尽力してまいります。



日本ロングライフ

いちご狩りに行きました!

4月12日(水)、大阪にある4つのホーム合同での外出イベントで、いちご狩りに行きました。訪れた松原のいちご農園Kirari様では3種類のいちごを摘むことができ、参加されたお客様は「わー!赤い!」と喜ばれ次々にいちごを摘んでいらっしゃいました。摘み取ったいちごは食べ比べをしたり、食べ放題のケーキの上に乗せたり、包んで大福を作って召し上がったりとそれぞれ好きなスタイルでお楽しみいただきました。お客様の笑顔が溢れ、素適な春の1日となりました。



2023年入社式

お客様のグッドフィーリングのために

全力投球!



新戦力代表として伊東沙璃香さんが挨拶

4月3日(月)、ロングライフグループ研修センター(大阪市北区)にて、ロングライフホールディング株式会社の入社式が行われました。式典前にはロングライフオリジナルブレンドによるハーブティのウェルカムドリンクで新戦力を歓迎。

入社式ではロングライフグループの役員紹介に続き、各地・各事業所で働く先輩社員からのウェルカムメッセージが流れ、「共に働く日々を楽しみにしていた」と歓迎と期待の言葉が送られました。続いてマウントオリブミニストリーズ代表、中野雄一郎牧師が祝福。喜びや感謝の大切さが伝えられました。

続いて先輩社員を代表して、2021年入社鍵和田稲風さんから、「勇気をもって全力で日々の業務に取り組むことが、素晴らしいロングライフへつながり、お客様へより良いサービスを提供することになります」と激励。その後、新戦力代表として伊東沙璃香さんが「先輩方が築いてくれた『ロングライフはこんなことまでしてくれるのか!』と『世界中のお客様を笑顔にします』という理念を守り、発展させていきます」と決意を述べました。

マスクを外して式に臨んだ新戦力たちの顔には意気込みがあふれていました。



協調性の育成も視野に内容充実の多彩な研修

入社式終了後早々に、入社時研修がスタート。研修に力を入れているロングライフ、今年の特徴について、研修グループグループ長の櫻井千晶さんに聞きました。

「入社時ということもあり、まずはロングライフ人になるためのマインドセットを目標にしました。それに加え、23年卒の新入社員は大学2年生の時からコロナで、アルバイトや様々な活動が制限され、社会性が育つ機会が少なかった世代です。私たちの仕事はチームで取り組む場面が多いこともあり、一体感を育て協調性を育むことを意識しました。また、自分の殻を破るために表現力を高める講座も取り入れました。とにかく講座はバリエーション豊か。一方通行の研修にならないように、座学だけではなく、チーム対抗でボスティングをしたり、体を動かし声を出して表現力を磨いたり、体で感じてすぐ実践できるような、様々な講座を盛り込みました」

SDGsを意識した内容もあり、2週間にわたる研修はとても濃いものとなりました。

「ロングライフが目指し、追いつけるその目的とその使命!」(ロングライフグループ創業者 遠藤正一)研修を受講するにあたっての心構えや、今自分が変わることの大切さについて学びました。



「表現力講座」(株式会社ルート 上野三枝先生)自己の殻を破るため、全身を使った発声練習、身体表現、筋肉トレーニング等を繰り返しました。

研修項目	研修期間	研修内容	研修場所	研修担当者	研修評価
入社式	4月3日	入社式	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	4月4日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	4月5日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	4月6日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	4月7日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	4月8日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	4月9日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	4月10日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	4月11日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	4月12日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	4月13日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	4月14日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	4月15日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	4月16日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	4月17日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	4月18日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	4月19日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	4月20日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	4月21日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	4月22日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	4月23日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	4月24日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	4月25日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	4月26日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	4月27日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	4月28日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	4月29日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	4月30日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	5月1日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	5月2日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	5月3日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	5月4日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	5月5日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	5月6日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	5月7日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	5月8日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	5月9日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	5月10日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	5月11日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	5月12日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	5月13日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	5月14日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	5月15日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	5月16日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	5月17日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	5月18日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	5月19日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	5月20日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	5月21日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	5月22日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	5月23日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	5月24日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	5月25日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	5月26日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	5月27日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	5月28日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	5月29日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	5月30日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	5月31日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	6月1日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	6月2日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	6月3日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	6月4日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	6月5日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	6月6日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	6月7日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	6月8日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	6月9日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	6月10日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	6月11日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	6月12日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	6月13日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	6月14日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	6月15日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	6月16日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	6月17日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	6月18日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	6月19日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	6月20日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	6月21日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	6月22日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	6月23日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	6月24日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	6月25日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	6月26日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	6月27日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	6月28日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	6月29日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	6月30日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	7月1日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	7月2日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	7月3日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	7月4日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	7月5日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	7月6日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	7月7日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	7月8日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	7月9日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	7月10日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	7月11日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	7月12日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	7月13日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	7月14日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	7月15日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	7月16日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	7月17日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	7月18日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	7月19日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	7月20日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	7月21日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	7月22日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	7月23日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	7月24日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	7月25日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	7月26日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	7月27日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	7月28日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	7月29日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	7月30日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	7月31日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	8月1日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	8月2日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	8月3日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	8月4日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	8月5日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	8月6日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	8月7日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	8月8日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	8月9日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	8月10日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	8月11日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	8月12日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	8月13日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	8月14日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	8月15日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	8月16日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	8月17日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	8月18日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	8月19日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	8月20日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	8月21日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	8月22日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	8月23日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	8月24日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	8月25日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	8月26日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	8月27日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	8月28日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	8月29日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	8月30日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	8月31日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	9月1日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	9月2日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	9月3日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	9月4日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	9月5日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	9月6日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	9月7日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	9月8日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	9月9日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	9月10日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	9月11日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	9月12日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	9月13日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	9月14日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	9月15日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	9月16日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	9月17日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	9月18日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	9月19日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○
SDGs研修	9月20日	SDGs研修	研修センター	伊東沙璃香	○
表現力講座	9月21日	表現力講座	研修センター	上野三枝	○
チーム対抗ボスティング	9月22日	チーム対抗ボスティング	研修センター	伊東沙璃香	○
マインドセット研修	9月23日	マインドセット研修	研修センター	櫻井千晶	○

名作映画の舞台裏

vol.7

チア・アップ！

原題:Poms 2019年 イギリス・アメリカ合作 監督/ザラ・ヘイズ
出演/ダイアン・キートン、ジャッキー・ウィーヴァー、リー・パウルマン、パム・グリア

仲間と共に夢を追い、支え合い、汗を流す
「青春」はいくつになっても謳歌できる！

高齢者たちの集まるシニアタウンに引っ越してきたマーサが「昔、チアリーダーになったかった」とこぼしたことをきっかけに、お節介焼きの隣人シェリルにたき付けられ、チアリーディングクラブを結成することに。しかし、オーディションに集まったのはチア未経験どころか、体のあちこちが悲鳴をあげている8人。平均年齢はナン

ト72歳！若いチアリーダーや家族に「絶対に無理！」とバカにされながらも、お互い励まし合って練習に打ち込みます。特訓を重ね、ついに全米チアリーディング大会ヘエントリーすることに…。

シニアならではのハプニングもありますが、そこは年の功。経験と度胸で乗り越えていく様は見ていて気持ちがいいほんです。当初

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.20

第4章「革命」
その8

「グッドフィーリングコーディネーター」

本来、仕事そのものに価値があるのでは無い、誰がどんな気持ちで仕事をしているかに価値がある。桜田は佐藤と木村から、「福祉こそサービス業である」という、その遺伝を引き継いだ。その上で、自身の世界観をもって仕事に取り組んだのである。

相変わらず忙しく立ち働く桜田は、ホームで過ごす毎日が楽しくて仕方がなかった。お客様の想いを形にして表現していくこと。また、年長の人から教えていただく数々の知恵。ああでもない、こっでもないと思いを述べながら過ごすスタッフとの試行錯誤の時間。

まるで大家族でわいわいと暮らしているような、それでいてきちんと規律が守られている心地よさ。それこそが、桜田が打ち立て現在の会社の根幹となっているケアの方法論「グッドフィーリングコーディネーター」であった。

歳をとることを哀しく淋しく感じることは、誰にでもある。確かに体力は衰え、できることの範囲は限定されている。昔はもっとこんなこともできたのに、自分にながかりすることもある。まわりはまわりで、無理をさせないように、安全第一で身体に負担がかかることはなるべくやらせないように気配りしてくれる。そして、ますますできることは少ない。

「よろしければ僕と二曲踊っていただけませんか？」紳士が差し出した手に自分の手を重ねて、その女性は車椅子から立ち上がった。そして、紳士と共に優雅に踊り出していた。あっけに取られたのは、女性を見守っていた周りのケアスタッフたちだった。

「たどえりスクがあっても、大丈夫しっかりケアいたしますからと、長年、車椅子生活だった増井優子様を船旅へお連れしたのは、彼女が本音はともかく、船旅に行きたいと思っというしやることをスタッフは感じていたからである。いつも以上に楽しそうな増井様をみて、あー、やっぱり旅にお連れしてよかったと、みんな喜んでいて。そんな船旅へのチャレンジを後押ししたスタッフたちだったが、さすがにダンスパーティーの場では、辛い想いをされるのではないかと彼女を気遣っていた。

2曲3曲と踊り終えた時の、増井様の輝かしいばかりの美しい微笑み

を、桜田は決して生還できないだろう。いや、スタッフたちも誰ひとり忘れることはないだろう。

「いほこんなことでしてくれるのかそれが桜田たちの運営するホームで暮らすお客様の実感であった。家族さえも、いや本人でさえも気づくことがなかった願望や期待を創り出し、人生はより豊かにハッピーになっていく。怖れず、夢を実現するチャレンジは、ずっとずっと続いていく。そのためにスタッフたちはあらゆる努力を惜しまない。お客様に喜んでいただくために、幸せを感じてもらうために、その笑顔のために。全てはお客様の幸せのために。

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/2023年5月30日(当日消印有効)

コーヒードリップポット (3名様)

シンプルながらも存在感あるステンレス鋼のポットです。ご自宅でのゆったりとした“コーヒータイム”をもっと素敵に、もっと優雅に過ごしませんか？

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/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

〒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 6月号」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・
ロングライフ長居公園チャペレン

菅原 茂

「正しくさばかれる方にお任せになった。」

ペテロの手紙第一2章23節

私が中学三年生の頃は、サイン帳が流行していました。校長を筆頭にして、先生方や同級生たちからサインをしてもらいました。私は「理想は遠いが不可能ではない。努力！」(菅原茂)と書いていました。自分では気に入ったサインでした。しかし、自分のオリジナルではなく、ある本からの借用です。小説や学術論文の世界で「盗用」は大問題です。83歳になった今でも、私の心の奥に悔いとして残っています。後味の悪い出来事でした。「文はんなり」ですが、当時14歳の少年の私には全く悪いことだとの思いはなかったのです。高校三年生になり、卒業アルバムの色紙に寄せ書きしましたが、私は「心理は自由の源泉」と記しました。この時は、自分で考えて体験的なことばとして表現しました。一年生の夏に、私の人生を左右する「聖書」との出会いがあったのです。あの時から今日まで、この聖書の教えを道標として歩み続けてきました。これからも聖書の教えを人生の土台として歩み続けたいと決意しています。私が日課として愛読している本の一文を紹介します。「人が賞賛し、持ち上げてくれる時、また、実力以上のところへ置かれる時、歓喜し、楽しみ、力むのはやさしい。単調な年月にも負けずに、どんなことにも真実に生きること、それが英雄のように生きることです。」(ヨセフ・W・ストファン)

