



ロングライフグループの
プレミアム
情報誌

2022

挑戦と進化は 止まらない

すべてはお客様の「グッドフィーリング」のため



いつまでも美しく輝いていたい、というのは誰もが抱く望みです。そのヒントになればと、ヘアメイクアップアーティストの藤原美智子さんによる「ヘルス&ナチュラルビューティ セミナー」が、昨年12月15日(水)「ロングライフ京都嵐山」にて開催されました。

≪2面へ続く



人生100年時代に向け、より健やかで、より美しくお過ごしいただけるよう『ヘルス&ナチュラルビューティ』プロジェクトを始動。今年も新戦力57名が入社し、コシンジュンコ氏デザインの新しいユニフォームが完成、各ホームには世界的フラワールーティストの曾我部翔先生のご指導で生花を飾るようになりました。『NMNサプリメント』の販売や「芦屋食はん」のオープン、「コーラルテラス石垣島」でのウェディング事業も好評で、この「LONG LIFE TIMES」もリニューアル。幅広い分野で様々な挑戦をしてきました。

これらはいずれもお客様の「グッドフィーリング」のため。ですから、今年も私たちの進化は止まりません。これからも「世界中をHAPPYに! 世界中をSMILEに!」を目指して、より良いサービスを追及し続けます。

1年間の感謝の気持ちを込めて、「ロングライフグループ クリスマス会」を開催しました。2021年12月13日(月)には大阪市中央公会堂の賑やかな空間に、ラジオ伝道者の高原剛一郎氏によるクリスマスメッセージや男声合唱団「クレスント・ハーモニー」の皆様によるクリスマスメドレーが響き渡りました。ご参加の皆様もうっとりとした耳を傾けておられました。関東では17日(金)に開催。聖夜を彩る素敵なひとときをお過ごしいただくことができました。



クリスマス会(大阪市中央公会堂)



ました。

12月15日(水)には「ロングライフ京都嵐山」にて藤原美智子氏のヘルスナチュラル&ビューティセミナーが行われるなど、2021年も様々な取り組みを続けてきました。



ヘルス&ナチュラルビューティセミナー 一日一日を美しく輝く秘訣 「変わらない美しさとは」

トークゲストのヘアメイクアップアーティスト・藤原美智子さんにとって、京都は初めてお母様と二人旅をされた思い出の地。会場に向かう道中、「ロングライフ京都嵐山」が見えた瞬間、京都らしく趣ある雰囲気胸が躍ったそうです。「瀬支配人がここにはお元氣な方が多く、ご自宅として住まれたり、週に数日泊まられたり、親しい方と食事だけに来られたり、自由にご利用いただけます」と説明すると、藤原さんは「贅沢な別荘みたい」と驚かされていました。

回遊式の日本庭園である「ロングライフ京都嵐山」の風雅な空間で開かれたセミナーでは、美しく輝くための秘訣を藤原さんが伝授。楽しいトークにご参加様も笑顔に溢れていました。

朝起きてすぐ鏡に映った自分に「今日の私、いい感じ」

「女性にとっての『美しく』も男性にとっての『カッコイイ』『ハンサム』も同じこと。男女問わず、年齢を重ねても美

しくあることはとても大事なんです。

たとえば、朝起きて顔を洗うときに鏡を見ますよね。その時、鏡に映った自分に向かって『今日の私、キレイだわ』『今日はなんだかいい感じだな』と言ってみてください

い。すると、心が弾みますよね。それによって血

なが増し、循環が良くなって、新陳代謝が上がり、ストレスが解消され、免疫力が高まり、脳が活性化します。すごいでしょう！

健康も、すべて繋がって

います。ですから、どれか一つのスイッチをオンにすれば、若々しく、やる気が出て、元氣になれるんです。どれだけ自分で自分に『いい感じ』と思わせることができるかが大事。私も毎日やっていますよ。ぜひ皆さんも一日一回、鏡を見て自分に『私ってとってもステキ！』と言ってあげてください」

健康になるんです。

そして、笑顔は周りもにこやかにします。このご時世、マスクで隠れているからと笑わない人が増えている気がします。それはマスク越しでも伝わりません。不機嫌な人には誰も寄ってきませんよね。口角をしっかりと上げてご機嫌さんしていると、自然と人が集まってきます。

「毎日ストレッチをしていたら、今ではV字バランスもできるようになって、若い子に驚かれます」

す。人と仲良くすることはとても大事です。仲がいいということは、お互いが相手を思いやっていると、ということですから

に、体を冷やさないようにしています。いつの頃からか、朝と夜の2回、お風呂につかるようになりました。朝は『これから一日が始まるぞ！』という気持ちになって、夜は『一日を締めくくるとい意味を持ちます。そういう気持ちの切り替えはとても大事だと思っています。

基本と云えば、食事も



ロングライフビューティ部門
エグゼクティブマネジャー
ヘアメイクアップアーティスト
藤原 美智子氏

「笑うことが健康にいい、というのは皆さんなんとなくご存じだと思います。今日、京都へ来る新幹線の中で読んでいた本にも、難病を宣告された海外の作家が、お医者さんに『私が自分で治します』と宣言し、家でお



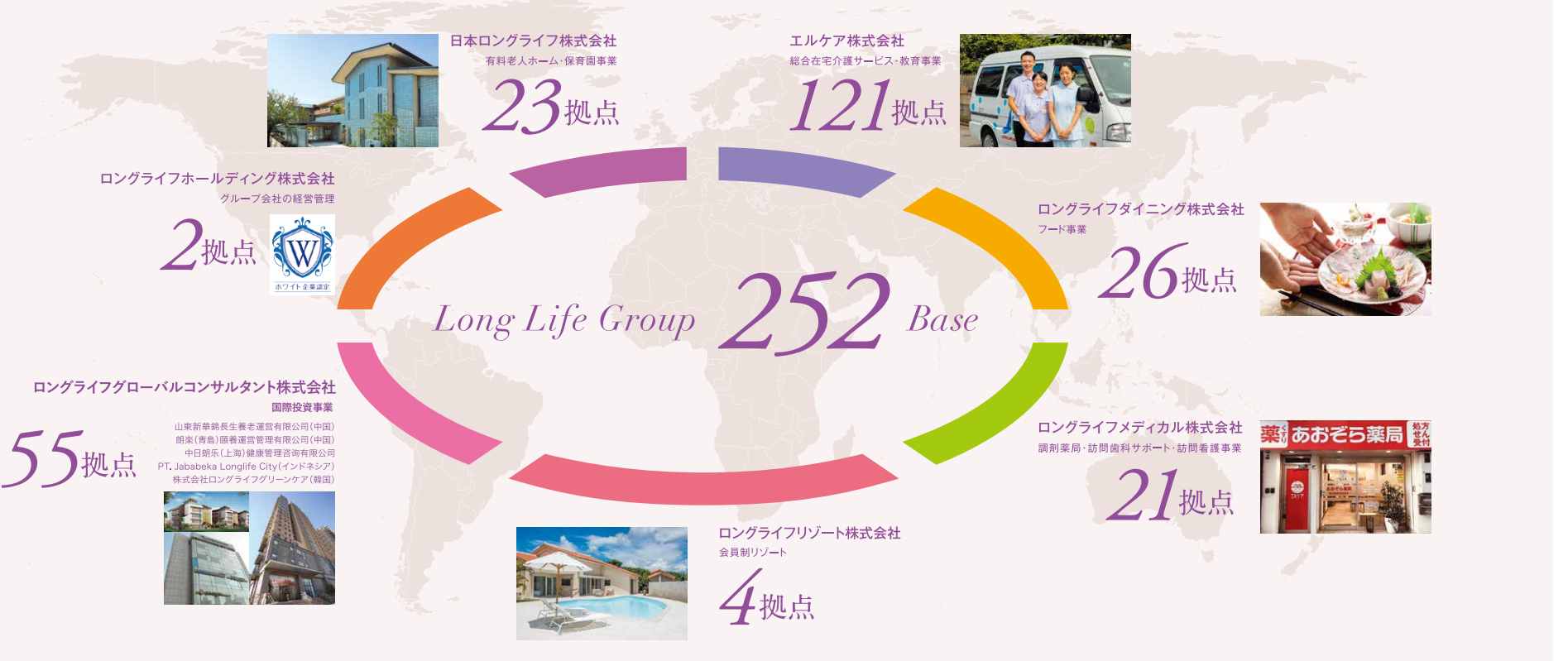
ロングライフ京都嵐山 回遊式日本庭園

からだを冷やさず
気持ちもリセット

「免疫力アップのため



「毎日ストレッチをしていたら、今ではV字バランスもできるようになって、若い子に驚かれます」





四季折々に変わる目の前の自然と雄大な北海道駒ヶ岳が織りなす絶景で知られる「ヒルステラス函館」。浴室の蛇口をひねれば出てくる天然温泉や広大な敷地でのアトラクションなど様々な魅力があります。さらに、極上のリラクゼーション&エステティックプラン「BRiSE」が登場。北の大地に抱かれ、白樺を抜けるそよ風に吹かれるような心地よく贅沢な



空間で、経路リンパマッサージやフェイシャルエステ、リフレクソロジーなど様々な施術を受けられます。施術前後には健康美容茶をいただき、至福のケアは岩盤ヒートマットの上で。心も体

も健やかで美しくなれる、癒しのひと時をぜひ。



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

Resort & LongLife
依然として、世界中で新型コロナウイルスの影響は続いています。10年余の国際事業で培った繋がりやノウハウが評価され、ロングライフグローバルコンサルタント株式会社には国内外から照会が増えています。昨年11月には自衛隊の基地内で使用するアクリルパネルを手配、12月にはオンラインにて中国・深圳市のコンサルティング案件の打ち合わせも行いました。



これからもロングライフグループの強みを生かし、各国でお役に立てるよう取り組みんでいきます。

国内外で
ロングライフの強みを発揮

Health & Natural Beauty
ロングライフグローバルコンサルタント
06-6373-9191
大阪府大阪市北区中崎西2-4-12
梅田センタービル25F

Resort & LongLife

解放的でラグジュアリーな空間で、身も心もリフレッシュ リラクゼーション&エステティックプラン「BRiSE」登場 ヒルステラス函館

「何かを始めるのに、年齢制限はありません。始めたいと思ったら、何歳であろうとやればいいんです。私は60の手習いで

クラシックバレエを習い始めました。3年ほどになりますが、ようやく動きと脳が連動するようになりました。それからはとても楽しくて、もうム

「昨日の自分」だと思おうになりました。42歳の時にストレッチを始めたのですが、子ども頃から体が硬く、開脚をしても45度くらいし

「そして、とにかく楽しく生活すること！私は手帖に今日は何をするか、いくつか書き出すようにしています。そして一日の終わりに、やったことにチェックマークをつけるんです。

その時の達成感がいんですよ。毎日、生きがいを作ることが大事なんです。『生きがい』という大層に聞こえるかもしれないんですが、『今日はあのシャツにアイロンをかける』など、簡単なことでもいいんです。誰も褒めてくれなくても、それをやり遂げたことに自分で満足できる、ということが未来への意欲につながると思います。



タイプに考えると、自分前向きでアグレッシブな姿に、皆様、感銘を受けられるご様子でした。トークショーは他の22ホームにもライブ配信され、ロングライフチャネルの番組として各ホームのテレビで再放送をお楽しみいただくことができます。

「昨日の自分」だと思おうになりました。42歳の時にストレッチを始めたのですが、子ども頃から体が硬く、開脚をしても45度くらいしか開きませんでした。毎日やっているのと、『昨日の自分』より少し開くようになり、今では170度くらい開きます。自分



藤原さんの気さくで軽快なトークに皆様、引き込まれておられました。

「昨日の自分」だと思おうになりました。42歳の時にストレッチを始めたのですが、子ども頃から体が硬く、開脚をしても45度くらいしか開きませんでした。毎日やっているのと、『昨日の自分』より少し開くようになり、今では170度くらい開きます。自分

「そして、とにかく楽しく生活すること！私は手帖に今日は何をするか、いくつか書き出すようにしています。そして一日の終わりに、やったことにチェックマークをつけるんです。

その時の達成感がいんですよ。毎日、生きがいを作ることが大事なんです。『生きがい』という大層に聞こえるかもしれないんですが、『今日はあのシャツにアイロンをかける』など、簡単なことでもいいんです。誰も褒めてくれなくても、それをやり遂げたことに自分で満足できる、ということが未来への意欲につながると思います。

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。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 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 Time



免疫機能は生体防御機能

自律神経のバランスを整える

自律神経は免疫を調整することにも関係があり自律神経には、交感神経と副交感神経がある。交感神経は昼の神経といわれ身体の行動・動きに働き、副交感神経は休息や睡眠など夜の役割に働く。自律神経が正常に働かないと、免疫力が下がる。

有害物質を攻撃排除

自然免疫と獲得免疫で免疫機能が働き体を守るので「生体防御機能」という。免疫機能を生態防御機能ともいわれるように、「免疫」は細菌やウイルスなどの微生物から、体を守るものである。免疫には「自然免疫」と「獲得免疫」があり、自然免疫は微生物が共通して持っている物質を認識して、白血球が機能、微生物を攻撃する。獲得免疫は病気のもととなる微生物の抗原を体に取り込んで形づくられる免疫。侵入してきた微生物に合わせて抗体を作成する。特定の微生物を効果的に攻撃するが、侵入した抗原に対する抗体を作るため、自然免疫と比べ、有するのに時間がかかる。免疫機能も年齢とともに衰えるので、機能が低下し、若い体では簡単に治る病気も、高齢者は回復しにくくなったり、時間がかかるようになる。免疫の機能が正常に作用していれば、健康で若々しい状態を保てるように、有害物質を身体から排除する、防護システムの役割

免疫が正常に機能するために重要なのは、自律神経がバランスよく働いているのが条件になる。

なるのは、長期間強いストレスにあり、自律神経の働きが乱れ、交感神経ばかりが常に優位な場合にある。自律神経のバランスを整えて、免疫機能を正常に保つための対処法

自律神経には交換神経と副交感神経があり、交感神経は全身の活動力を高め、血圧や血糖を上げたり血液や筋肉や脳に集める働きをする。副交感神経は、身体を回復させる神経で、内臓の機能を高めたり免疫機能を正常化する作用がある。夜間などリラックスしている時に働き、身体を回復させる。免疫機能が正常に働かなくなると、軽い体操や軽く汗をかくストレスにあり、自律神経の働きが乱れ、交感神経ばかりが常に優位な場合にある。自律神経のバランスを整えて、免疫機能を正常に保つための対処法

放たれた光への応え

天空より光を投げかけてくれた陽が地球の陰に かくれ始める 見えていた光が 消えていく時
そこに あらたに現れる 風景 切ないような色彩が周りを包む 光を遮られた一面は 暗く沈む あのまま美しい輝きの光のうら側
視界から 光が消えていく怖さ 目標が見えなくなる 手探り感 希望という 喜びの明りを失う ああ輝きは別の世界を照し出す
光のあるうちに 前に前に進む やがて 暗闇が支配する前に 今日 どこまで 辿りつけたか

話したい思いを真剣に聴く 聴く人材を育てる講座開設



一般社団法人聴きプロ.COM 理事長 北原 由美さん

今の時代、病んでいる人が急増していると言われている。心も体も病んでいる。人びとの気持ちも沈んだまま、なかなか高揚してこない環境にある。

「吐き出したい言葉を受ける」の目の前が重要になり、そこを守ろうとする。周りへの気配りも狭くなっていく。そうした環境もあってか、昨今、「聴きプロ」への依頼が増えているという。一つには、人と会わないので話をする相手がない。思いを発散する機会がない。世間の情報で不安が広がるが、「話をしたい」、「聴いてほしい」という日常的な営みが閉ざされている。それを溜め込み、澱みとなり、苦しみへと追い込まれていく。始めは、これくらいは我慢できている、忍び、さまざまな積み重ねで、耐を越える思いだ。人間は、ひととの対話で生活をしている。必ずしも解答を求めている場合ばかりではない。

少しばかりグレーが混ざったような空から斜光が差して、白雲が張り付いている。樹木も騒ぐことなく、自然体で立つ。冬。これからの季節を、じっくり考えているような午後空の空気には、何故か少しばかり乾いた緊張を感じさせるのは気の精か。春の優しいものでもなく、夏の激しい息遣いでもなければ、秋の濁った息でもない。なんとなく平坦な感覚だ。来る時を見据えているような素直さ。冬という季節を好きな人もあれば、苦手という人もいる。冬を厳しさに使った詩句も多くある。躍動的な夏。秋の鮮やかな色調ステージから閉じ込められたような冬への移り変りの中には、凛として目標に向う時を感じさせる。自然が見せる魂への訴えなのか。静の姿は、新しい生命を生み出すために、心を整え、息を整え、時を待とうとするようでもある。人の想いを超えた大自然の凛とした孤高の季節。冬。



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の知識

知っておこう「解離性障害」

NPO法人 日本いきいきらいふ協会 副理事長 竹内裕司

「解離性障害」について②

離人症性障害

これは病名だけを聞くと、どのような病気なのか想像しにくいでしょう。

正式な診断名は離人・現実感喪失症候群と呼ばれ、狭義の離人症と現実感喪失を中心症状とするものです。具体的には、狭義の離人症とは、例えば魂が自分から離れて、外部の観察者となって自分を見ているように感ずることです。これを体外離脱体験などと言つことがあります。ほかに、自分が見知らぬ人間であるかのように感じる、自分の体の実感がなく、自分の体が死体・ロボットのよう

に感じる、などと表現されることもあります。また現実感喪失とは、自分の外的世界が変化して、奇妙に見えることです。具体的には、自分が存在する場合に同様のことを行つても味は良くありません。緑茶の一種である甜茶は、抹茶の原料として使われていて、抹茶にミルクを入れれば、緑茶の旨みも増加された甘さとともに嗜好性を高める働きをします。抹茶は「抹茶ミルク」が飲料として販売されていることも分かります。

甜茶は在来種である「やぶきた」を遮光栽培することで得られます。肥料にアミノ酸の多い有機質肥料を使用します。採取後、その抹茶を乳酸菌で発酵させたキヤベツ発酵エキスを紹介します。新鮮なキヤベツを水洗

り冷却乾燥し、石臼で微粉砕するなどの製造工程を経て抹茶となります。抹茶は、いわば茶を飲み込む茶であり、甘く、ビスケットやクッキーなどの洋菓子の材料にも適しています。抹茶は日本独特の茶です。

野菜のキヤベツは生食され、サラダの代表的な素材です。以前から「キヤベジン」と称される胃腸薬が有名です。そのキヤベツを乳酸菌で発酵させたキヤベツ発酵エキスを紹介します。新鮮なキヤベツを水洗



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

抹茶は茶を飲み込む茶で日本独特のもの

世界は嗜好性飲料の分布は一般に、東アジアから東南アジアの仏教圏は緑茶、中近東からヨーロッパと南アメリカの南部は紅茶、北アメリカから南アメリカの北中部はコーヒ

従って、緑茶を欧米に売り込むことは市場拡大につながると思えます。

甜茶は在来種である「やぶきた」を遮光栽培することで得られます。肥料にアミノ酸の多い有機質肥料を使用します。採取後、その抹茶を乳酸菌で発酵させたキヤベツ発酵エキスを紹介します。新鮮なキヤベツを水洗

野菜のキヤベツは生食され、サラダの代表的な素材です。以前から「キヤベジン」と称される胃腸薬が有名です。そのキヤベツを乳酸菌で発酵させたキヤベツ発酵エキスを紹介します。新鮮なキヤベツを水洗

機能性として、ストレス性胃腸病の予防と治療、生活習慣病の予防、目の保護などがあり、さらにア

このように、天然由来の有効成分は最近の分析機器の発達により、その構造式が解明されるとすぐに化学合成品が製造されますが、天然の成分は例えば糖と結合した配媒体となつて安定に存在します。

野菜の発酵エキスが健康食品になっている

乳酸菌と食塩(乳酸菌以外の菌類による発酵を防ぐ)を混合し数カ月間(長い場合は12カ月)発酵させ、そのエキスを抽出し脱塩して液体の最終抽出物を得ます。キヤベツは元来ビタミンCが豊富ですが、抽出エキスの特徴としては、発酵中に生成されるカロチン類、ビタミンB群、ビタミンU、乳酸菌が生成する各種アミノ酸が成分として含まれます。

最近では数種類の野菜の発酵エキスが健康食品として市販されていますが、単品の野菜発酵エキスは珍しいものです。

このように、天然由来の有効成分は最近の分析機器の発達により、その構造式が解明されるとすぐに化学合成品が製造されますが、天然の成分は例えば糖と結合した配媒体となつて安定に存在します。

特定不能の解離性障害について見ていきましょう。解離性昏迷 意識はあってもはつきりしない、もつろつた状態から始まり、ほとんど動かない状態が長時間続きます。話しかけても反応しなくなり、ひどくなると、外部のどのような刺激にも反応しない、昏迷状態になるものです。よく似たものに、意識が普段とは変わった状態になり、外部からの刺激に対する反応が少なくなる、トランスと呼ばれるものがあります。解離性運動障害 突然手足が動かなくなり、

立たない、歩けない(失立失歩)しゃべれない(失声)といった症状が出ます。ただし転倒などは少なく、単なる運動障害とは異なります。解離性知覚麻痺 皮膚感覚がなくなつたり、知覚に異常が起つたりするものです。まれに、見えない、聞こえないといった症状が出ることもあります。

化学合成肥料に頼らずに、有機質肥料中心の施肥によつて肥沃な土をつくり、安全な作物を作ることは、すばらしいことである。

南北に長い我が国は温度計(寒暖計)の無かつた昔、春の開花時と秋の紅葉の北上、南下の様子を見て、農作業の開始終了を決めていた。

植物の世界

その1 青山健一郎 植物コメンテーター

植物が育つ環境の理解

有機質肥料の施肥で安全な作物を 植物と気温の関係

植物は元来、無機栄養であるが、最近よく有機農業や有機野菜などとよく耳にする。

これは矛盾していると思つた。ただ、よく考えてみると、有機質の肥料を微生物や酵素が分解して植物に吸収し易いように無機質に変えた、ということである。

ところで有機質肥料には堆肥を主に鶏糞、油粕、骨粉、魚粕などがある。

窒素、リン酸、カリウムを豊富に含む、その他に多種類のミネラルも含まれている。

化学合成肥料に頼らずに、有機質肥料中心の施肥によつて肥沃な土をつくり、安全な作物を作ることは、すばらしいことである。

5℃以上になる期間を「植物期間」

南北に長い我が国は温度計(寒暖計)の無かつた昔、春の開花時と秋の紅葉の北上、南下の様子を見て、農作業の開始終了を決めていた。

「第17回 ロングライフ国際学会」



グッドフィーリングを追求した事例発表紹介

〈抜粋3件〉

国境を超えお客様に寄り添う工夫で信頼獲得



「従来の方法に捉われず、お客様に寄り添い、お客様の文化と背景を理解することが大事だと改めて学びました」と発表者の山田さん。一層のグローバル化に意欲を表しました。

「船橋訪問入浴センター」では、看護師・オペレーター・ライフコーディネーターがご自宅を訪問し、専用の浴槽を設置して入浴サービスを行っています。近年は外国籍のお客様も増えており、今回の発表も、米国テキサス州出身の



エルケア株式会社
船橋訪問入浴センター(千葉県船橋市)
「グローバル入浴」発表者/山田 耕平

2021年11月8日(月)、オンラインにて「第17回 ロングライフ国際学会」が開かれました。国内外のロングライフグループ各社から集まった100件超もの事例の中から、選考を経た7組が発表。前号では最優秀賞を受賞した2組の事例をご紹介しました。その他の発表でも、ロングライフグループが理念としている、「こんなことまでしてくれるのか!」とお客様に感じていただけるサービスのご提供を実践できていることが証明されたと自負しています。彼らの発表は、現場スタッフのリアルな姿であり、お客様の真のお声が反映されています。ぜひ皆様にもロングライフグループの実像を知っていただきたく、この「LONG LIFE TIMES」で順番にご紹介させていただきます。

80歳の男性、B様の事例です。左視床下部出血などの影響でほぼ寝たきり状態のB様は、身長2m、体重90kg。奥様一人の介助では入浴が難しく、ベッド上から動くことに不安も感じておられました。日本語でのコミュニケーションが困難な

め、英会話スマホアプリを導入し、スタッフで英会話帳を作成。ジュエスチャームも交え積極的に声かけを行いました。また、浴槽を最大限利用できるよう頭部ベルトを使用し、入りきらない部分にはバスタオルをかけてマッサージを行いました。



得意を生かした役割で日常挽回

韓国内に50以上の拠点を有するロングライフグリーンケアは、同国の在宅事業者の中で最大規模の民間企業です。今回の発表では、アルツハイマー認知症の73歳の女性、M様の事例が紹介されました。M様は旦那様と死別されてからずっと一人暮らし。当初はコミュニケーションが困難でしたが、社会福祉士と相談しながら働きかけることで、次第に意思疎通ができるようになり、アクティビティプログラムにも積極的に参加されるようになりました。同時に、どうすれば毎日を楽

しく心地よく過ごしていただけるかをチームで考え、食卓を拭いたり、全員の食器類をセットする役割を持っていたことにしました。すると、ご自宅での行動のようになされるようになり、これを機にお客様同士の交流が増え、親友もできました。M様は歌うのが大好きで、十八番の「ドンスクの歌」をイベントで歌いみんな喜んでくれることも、自信に繋

がっています。「認知症は治療が難しい症状ですが、得意を生かした役割や習慣を持ってもらうことが、新たな楽しみを生むと思います」と発表者の石橋さん。チームケアの効力を再確認できる事例でした。



「東叔(トウシユク)の歌に愛を込めて」
発表者/石橋 健



食を通じて健康と人々の交流を

「より健やかで、より美しく、より感動を」を目指すロングライフグループの「ヘルス&ナチュラルビューティ」の取り組みでは、フードプログラムを担当。石黒伸医師と毎月テーマを決め、テーマに必要な栄養素、ベストな食材を献立に反映するなど、内面から健康をサポート

「食を通して健康に

表でした。おいしい食事の周りには自然と笑顔が広がることを改めて確信できる発表でした。

「ロングライフダイニング株式会社の未来のこどもと地球のために」
発表者/秋山 記史香



Health & Natural Beauty

感動の声が続々! / ロングライフNMNサプリメント

ロングライフメディカルでは「人生100年時代に、お客様の健康寿命を100歳に」と考え、「若返りサプリメント」として注目を集めるNMNのサプリメントを開発・販売。「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)にプロポリス・3,200房分のNMNを凝縮配合

医師 石黒伸氏
長寿医学を専門とし、プレイン・ヘルスの第一人者。オーガニック食にも精通。

○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)

お申し込み・お問い合わせ
0800-919-4182

NMN純度 99%以上!

リピーター 多数!!

LONG LIFE NMN DR. SHIGURO

国内産原料 国内製造 医師監修

ロングライフの
有料老人ホーム紹介

自然の恩恵を五感で楽しむ潤いの住空間 ロングライフ 苦楽園 芦屋別邸

兵庫県西宮市にある、関西屈指の高級邸宅街、苦楽園。文豪や賢人たちが好んで居を構えた、品格漂う街の高台に佇むのが、「ロングライフ 苦楽園 芦屋別邸」です。安らぎと誇らしさを味わえる邸宅は、心を自由に解き放ってくれる特別なステージだと言えるかもしれません。

どこにいても自然を感じ、贅沢設計

最寄り駅である阪急「苦楽園口」駅周辺には、スーパーやコンビニ、ドラッグストア、書店、医療機関や銀行、バーやカフェなどの飲食

店といった生活を豊かに彩る施設が揃っています。品の良さや温かな人情味が共存する穏やかな賑わいが身近にありながら、住宅街に入ると、自然の豊かさに驚かされます。「ロングライフ 苦楽園

芦屋別邸」も、できる限り遺した敷地内の既存の樹木に花や緑を添え、水が流れ、風や光を感じられるように設計されています。自然の恩恵に満ちた造形は、まるで森にいるかのような安らぎを感じます。風にそよぐ木々



花と緑が溢れる、リゾートホテルのような佇まい



落ち着きのあるロビーでゆったり過ごす、くつろぎの時間



中庭のシンボルツリーがいつも見守ってくれています



安全性と機能性に富んだ居室で穏やかなプライベートタイムを...

ホテルライクな空間で心穏やかに暮らす

ホテルを思わせるラグジュアリーな玄関ロビー

大きな窓から陽光が差し込む、広く開放的なレストランでは、料理長が腕を振るう、旬の食材を取り入れたお料理をいただけます。

別邸

の葉擦れの音や水のせせらぎを耳にしながら、眼下に神戸港を見晴らす。なんて贅沢な時間でしょう。お部屋は日本庭園の中庭を囲むように配置されており、庭を散歩する時も、ロビーやレストラン、居室で寛いでいる時も、花、緑、水、風、光が五感に心地よく語りかけてくれる、そんな潤いある住空間を叶えているのです。

大きな窓から陽光が差し込む、広く開放的なレストランでは、料理長が腕を振るう、旬の食材を取り入れたお料理をいただけます。

天気の良い日には、外のテラスで季節の移り変わりを感ずるのも素敵。まるで旅行にでも来たかのような、美しく広々とした大浴場は、仲間との語りや外の景色を楽しむながら、一日の疲れを癒すのにふさわしい場所だといえるでしょう。居室もホテルの一室を思わせるような個室で、ご自身の好きなものに囲

まれて、快適に過ごすことができます。窓も大きく、刻一刻と表情を変える日光や風、景色をゆっくりと楽しめます。明るく開放的な住空間は心まで解きほぐしてくるよう。ここでは、時間の流れ方が違う気がします。

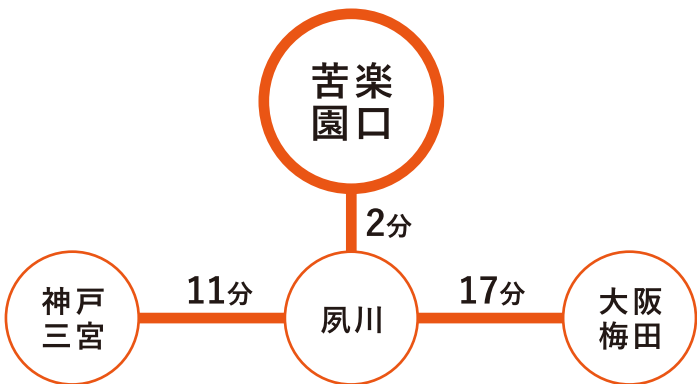


広々としたレストランでは、素材を活かした自慢の料理に舌鼓



明るく美しい大浴場は、心身を癒す人気のスポット

大阪へも神戸へも楽々アクセス!



兵庫県西宮市苦楽園五番町2の48
交通/阪急電鉄神戸線「夙川」駅・阪急電鉄甲

陽線「苦楽園口」駅より阪急バス4系統、またはJR神戸線「芦屋」駅から阪急バス13・15系統「苦楽園五番町」バス停徒歩約1分

一生のうちで、いちばん楽しい時間を。誰に気兼ねすることもない、自由な日常を。安心に包まれた、優雅な毎日。

さあ、ロングライフにしかない極上のセカンドライフへ。

人生に 楽園。

