

豊かで成熟したライフスタイルを提案する

季刊誌

「五感の生活」春号 vol.2

The Mature Life with Five Senses

2022年4月発行



特集／

- ・特別対談：望月将悟 × 芥川崇仁「豊かな生き方」について
- ・五感の生活「花見茶会」
- ・生活リハビリ「2021年度生活リハビリ大賞」
- ・SDGs「持続可能な開発目標」への取り組み



**AKUTAGAWA
HOLDINGS**
The Mature Life with Five Senses
株式会社アクタガワホールディングス



アクタガワ
—beyond—
株式会社アクタガワ



アクタガワHRM
株式会社アクタガワHRM

Akutagawa Takahito
芥川崇仁Mochizuki Shyogo
望月将悟

「豊かな生き方」について

今回は、「天空の超人」「静岡の熊」などの異名をもち、これまで数々のトレイルレースで優勝を収め、山岳救助隊としても活躍される望月将悟さんに、対談の機会をいただきました。

当社は、経営理念で「人間の生きがいを追究し、豊かな地域コミュニティを創造する」というミッションを掲げておりますが、今回の対談では望月さんの考える「豊かさ」や「生きがい」についてもお話を伺いました。また、当社代表との共通の趣味である山登り、溪流釣り、マラソンなどの話でも盛り上がりました。

望月将悟さんとのご縁は、5年前の2017年に東京で開催されたプレミアムフライデーリレーマラソンに「チーム静岡市」として一緒に参加してからになります。



Q1

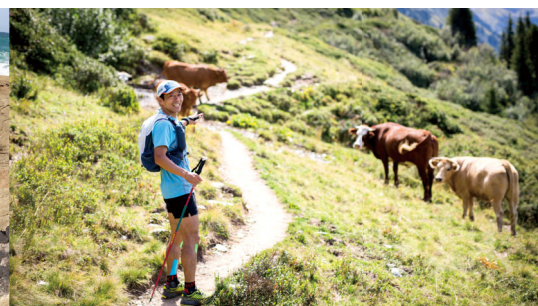
普段のお仕事(山岳救助隊)は、
どのようなことをしていますか？

私は静岡市消防局の消防士です。普段は火災の消火や火災予防、救急隊の仕事をしています。静岡市内や管轄地域(2市2町の消防広域合併に伴い島田市・牧ノ原市・吉田町・川根本町も含む)の山岳地で起こった山岳救助や山岳遭難に対応する、静岡市消防局に1隊しかない山岳救助隊(18名)に入隊しており、現在副隊長を務めています。

Q2

トレイルランとは？

トレイルランは、野山を走るマラソンで、体全体で森を感じることができる競技(遊び)の1つです。トレイルランを始めたきっかけは、山頂から見える山々が呼んでいたというか、あそこまで行ってみたい！と思い、登山のスピードが速くなりトレイルランになってしまった。とはいえ山の登りは急なため歩いてしか登れません。平らな場所や下りだけ少し駆け足で進みます。





Q3

トレイルランの魅力・醍醐味は？
(なぜ苦しいことに挑戦するのか?)

トレランの魅力は、毎回発見があることです。これはトレランというか、山や自然の中に身を置くことで感じる事がたくさんあるということです。確かに苦しいこともあります。でも学びで、スピードを緩めたり、休息したりすれば済むことで、一時の事です。自分の好きなことをしているので苦しいと感じた事はありません。

Q4

当社はミッション(使命)で「生きがいの追究」を掲げていますが、望月さんにとっての「生きがい」は何ですか？

一番の生きがいは断然、子供(娘達)を育てる事でした。ただ、ポジティブ思考のため何でも生きがいに変えています。たとえば、見たことのない昆虫や花を見つけたときや、誰も通っていない道を歩いてみたり、大木を見つけた時とても嬉しく感じます。歩けたり、山に登れたり、感情を抱ける事が私にとって生きがいを感じられるところです。山に身を置き生還した時や、クタクタになるまで山を走り通して、ぼろぼろの状態。家に帰ってきた時に生きていて感じています。こんな事に挑戦し続ける身体を作ってくれた親に感謝です。

Q5

コロナ禍での価値観や、豊かさの定義の変化についてどのようにお考えですか？

私は物事を前向き考えるので、マイナスじゃないと思います。これまで他者に勝つことや、自分への挑戦、限界への挑戦による達成感や充実感という価値観が強かったのですが、今まで目を向けていなかったところに目を向けられるようになりました。順位や成果に執着しない面白さ。心に余裕が生まれ、新しい発見があり、楽しむことができるようになりました。特に、静岡県の持つ自然の多様性に気がつき、これからの人生の楽しみが広がる気がしています。楽しむということは、すべてを受け入れること。自然の中にいる自分という存在を、五感をフルに稼働させて楽しむことが精神的な豊かさに繋がるのではと思います。



Q6

SDGsでは「海の豊かさ・陸(山)の豊かさ」が目標にありますが、自然との関わり方など、どのようにお考えですか？

私の生まれ育った静岡市井川は南アルプスの麓に位置する、森林に囲まれた小さな集落です。美味しい水を駿河湾へと運ぶ大井川の源流地でもあります。たくさんの命を育む森を大切に守り一緒に寄り添い共存していく。それが私たちの使命だと感じます。アクタガワがSDGsで計画している植樹活動や、竹林整備、棚田の田植えや稲刈り、海岸のゴミ拾いなどの自然環境への取り組みも共感します。井川にも来て欲しいです。

Q7

今後チャレンジしたいことは？

競争というよりは、自分なりの挑戦をして行けたらいいかなと思います。南アルプスの魅力の発信と、地元井川の文化や景色、人の継承をしていきたい。昔のように助け合ったり、相談し合えたり、協力し合える、井川村が出来たらいいなと思います。



望月将悟さん プロフィール

(1977年、静岡市葵区井川生まれ)

静岡市消防局、山岳救助隊。日本海の富山湾(魚津市)から日本アルプスを縦断し太平洋の駿河湾(静岡市)まで約415kmを駆け抜ける「トランスジャパンアルプスレース(TJAR)」で2010年から2016年まで4連覇。2015年の東京マラソンで40ポンド(約18kg)の荷物を背負ってのフルマラソンで3時間6分16秒のギネス記録を更新。「山を愛し自然と向き合う豊かな生き方」を追究されています。

対談を終えて

トレイルランの絶対王者と聞くと豪快なイメージがありますが、実際の望月さんは穏やかで優しい自然体な方でした。今回の対談で伺った、「新しい経験や発見をしたときに喜びを感じる」という話や、「クタクタでぼろぼろになって帰ったときに生きていることを実感する」という話は、当社の理念や行動指針にも繋がる考え方であり、共感するところが多くありました。SDGsに対する考え方でも重なるところが多くあり、今後は実際の活動を通じて繋がれることに期待したいと思います。大変貴重な機会をいただき、ありがとうございました。





五感の生活

The Mature Life with Five Senses

～豊かで成熟したライフスタイルを提案する～



ホームページで
閲覧下さい。

春夏秋冬ごとに視覚、嗅覚、聴覚、味覚、触覚といった五感を刺激する生活の提案により、美しさや喜びを感じ、より自由に「今、ここ、この瞬間」を、生きがいある人生として送って頂くことを目指しています。



花見茶会

寒い季節が終わり、暖くなる3月下旬から4月上旬は桜の季節です。桜の花は、つぼみ、咲き始め、満開となり散るその儚さや美しさから日本で古くから愛され、特別な感情や思い出のある方も多いのではないのでしょうか。アクタガワでは、この季節になると、桜と抹茶と和菓子を楽しむ花見茶会を開催しています。

「花の美しさ、お日様の匂いや暖かさ、肌に触れる春の風の感覚、小鳥のさえずり」など、身近なところでも五感を刺激するものはたくさんあふれています。意識次第で五感で感じたことに対して心を動かすことができるのではないのでしょうか。

五感の生活のホームページを上記QRコードより閲覧下さい。



アクタガワの生活リハビリ



ホームページで
閲覧下さい。

アクタガワの生活リハビリでは、身体能力の改善のみを目指すのではなく、お客様の「本当にやりたい事」や「生きがい」を会話の中から見出し、チームメンバー全員が伴奏者となり、日常生活の「〇〇したい」の実現に向けて支援します。「体力に自信がない」「体が痛くて無理がきかない」という方にも、お客様の状態に合った完全個別のプログラムをリハビリ専門職が作成し、安心安全に取り組んでいただけます。

2021年度生活リハビリ大賞「車いす→自力歩行できるようになりました！」

受賞したハートフルホーム西奈の取り組み事例を紹介します。

基本情報

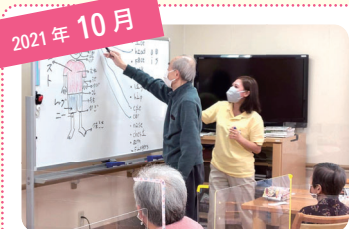
年齢	90歳	趣味	読書、日本画
職業	教員（高校美術）	介護度	要介護4→1
悩み	入院生活ですっかり足の筋力が弱くなってしまい歩行が大変になってしまった。ふらつきもある。		
目標	愛犬のアンリちゃんと以前のように散歩できるようになりたい		



- 下肢筋力が弱く車いすを利用されていました。
- ご自宅での生活は不安があるとのこと連泊されていました。



- 歩行器を使用して歩行訓練に励まれました。
- まだこの頃はふらつきがあった為、必ず職員が横につきました。



- 様々なレクリエーションにも意欲的に参加してくださっています。
- 安定した歩行が出来るようになりました。
- 2週間の入院がありましたが入院前後でADLにほぼ変動なしでした。

アクタガワの生活リハビリのホームページを上記QRコードより閲覧下さい。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

エス・ディー・ジーズ

SDGs「持続可能な開発目標」への取り組み

アクタガワホールディングスグループは「人間の生きがいを追究し、豊かな地域コミュニティを創造する」という理念のもと、「豊かで成熟したライフスタイルを提案する」グループとしてSDGs宣言をし、持続可能な社会の実現に向けた取り組みを産×官×学で連携して推進します。



ダイバーシティ・働きやすい職場環境への取り組み



経済産業省より「新ダイバーシティ経営企業100選」に選定

アクタガワは、女性(比率75%) 高齢者(比率17%)をはじめ、多様な人材が経験を問わず、ライフスタイルに合わせ「自由」に「自律」して活躍できる環境を整備。多様な人材によるチーム運営、人材の質と量を向上する取り組みにより経常利益が倍増するなど、1999年創業以来19期連続での増収を実現した実績が高く評価されました。



厚生労働省の「えるぼし(三つ星)」取得しています。

アクタガワは、女性活躍推進企業として、厚生労働省から「えるぼし(三つ星)」に認定されました。アクタガワは女性比率が70%以上です。ライフスタイルにあわせた多様な就業制度があり、子育てしながら、介護をしながら、勉強しながら働く女性職員が多数活躍しています。保育所手当、家族介護支援制度、資格取得支援制度などの福利厚生制度もあります



「静岡県働きやすい介護事業所」に認定

アクタガワでは、「キャリアパス制度・人材育成の推進」、「サービスの質の向上」、「労働環境の改善(ワークライフバランス)」に積極的に取り組む「静岡県働きやすい介護事業所」の認証を受け、多様な人材が活躍しています。





SDGs(エス・ディー・ジーズ)とは？

Sustainable Development Goals(サステナブル・ディベロップメント・ゴールズ)の略で、「持続可能な開発目標」という意味です。

持続可能な世界を実現するため、2015年の国連サミットで採択された国際的な目標です。

自然環境やジェンダー平等などの課題解決を目指し、2016年～2030年の間に達成すべき17の目標を掲げています。今を生きる私たちだけでなく、子や孫、その次の世代も住み続けられる地球のことを考えた取り組みです。

健康と福祉・地域貢献への取り組み



健康寿命教室、ぺんぎんクラブの開催

アクタガワホールディングスグループは、介護事業をはじめ、子育て事業、人材紹介・派遣事業などを静岡県内で運営しています。常葉大学と連携した「生活リハビリ検定」をはじめ、地域の方の「いつまでも住み慣れた街で元気に暮らしたい」という思いから、高齢者の介護予防や健康増進に向けたコミュニティ活動として、理学療法士などによる「健康寿命教室」や、「ぺんぎんクラブ」を定期的で開催し、地域の方にも親しまれています。



静岡市 CSRパートナー企業

アクタガワは静岡市より CSRパートナー企業に認定され、活動しています。

CSR(Corporate Social Responsibility:企業の社会的責任)活動は、お客様、地域社会、取引先といったステークホルダーとの関係を深め、社会的課題の解決に取り組み、社会から存続や発展を求められる企業へと成長していく活動です。



しずおかランニングパトロール

アクタガワは2018年よりボランティアランナーとして活動に参加しています。

しずおかランニングパトロール(SRP)は、静岡県警察の呼びかけにより「地域の安全・安心の見守り活動」の趣旨に賛同した民間企業・団体などでつくる県民とともに展開する防犯プロジェクトです。



会社概要

- 社名 株式会社 アクタガワ
- 設立年月日 1999年6月14日
- 資本金 2,000万円
- 代表取締役 芥川 崇仁



事業内容

ライフケア事業（介護サービス）

- プレミアムハートライフ（介護付有料老人ホーム）
- ハートライフ（サービス付き高齢者向け住宅）
- ハートフルホーム（総合介護サービス）
 - ・訪問介護サービス
 - ・夜間対応型訪問介護サービス（ヘルパー通サービス）
 - ・定期巡回・随時対応型訪問介護看護（定額ヘルパー通報サービス）
 - ・通所介護サービス（デイサービス）
 - ・生活リハビリテーション・ロコモーショントレーニング
 - ・小規模多機能型居宅介護
 - ・認知症対応型共同生活介護（グループホーム）
 - ・居宅介護支援事業
 - ・地域包括支援センター
 - ・在宅介護支援センター
 - ・その他福祉事業
- 脳梗塞リハビリBOT静岡

ライフサポート事業（介護関連サービス）

- ・福祉用具貸与・販売・住宅改修（ぺんぎん福祉用具サービス）
- ・住まいの110番（暮らしのお困りごと）
- ・シニアのリフォーム

子育て事業

- ・ぺんぎん保育園

アクタガワカレッジ（教育サービス）

- ・介護職員初任者研修
- ・介護福祉士実務者研修



介護事業

介護関連事業

子育て事業

人材紹介・派遣事業

事業所

本 店	〒422-8063 静岡県駿河区馬淵一丁目 8-1 〒420-0034 静岡県葵区常磐町二丁目 13-4 TEL: 054-280-5588 FAX: 054-280-2676 ライフケア事業本部 TEL: 054-280-5588 FAX: 054-280-2676	ハートフルホーム八幡 (小規模多機能型居宅介護事業所・グループホーム)	〒422-8032 静岡県駿河区有東二丁目 12-10 TEL: 054-286-8788 FAX: 054-202-5032
本 社	メディカル・スタッフ事業（株式会社アクタガワ HRM） TEL: 054-654-5088 FAX: 054-282-4288 ライフサポート事業部 TEL: 0120-894-888 FAX: 054-270-7010 管理本部（株式会社アクタガワホールディングス） TEL: 054-204-1388 FAX: 054-204-1387	ハートフルホーム八幡	〒422-8032 静岡県駿河区有東二丁目 10-10 (生活リハビリ八幡) TEL: 054-204-0688 FAX: 054-204-0689 (居宅介護支援事業所) TEL: 054-284-0540 FAX: 054-204-0689
プレミアムハートライフ大岩	〒420-0886 静岡県葵区大岩一丁目 8-14 TEL: 054-200-8300 FAX: 054-200-2808	ハートフルホーム御門台	〒424-0066 静岡市清水区七ツ新屋二丁目 1-28 TEL: 054-349-6880 FAX: 054-349-6881
プレミアムハートライフ千代田	〒420-0803 静岡県葵区千代田六丁目 14-7 TEL: 054-207-8288 FAX: 054-207-8388	ハートフルホーム有東坂	〒424-0873 静岡市清水区有東坂一丁目 224-45 TEL: 054-349-3188 FAX: 054-349-3110
プレミアムハートライフ小鹿公園前	〒422-8021 静岡県駿河区小鹿 927-1 TEL: 054-654-5488 FAX: 054-654-2205	ハートフルホーム清水銀座	〒424-0817 静岡市清水区銀座 13-30 パルシティ 2F TEL: 054-361-2188 FAX: 054-361-2180
ハートライフ千代田	〒420-0803 静岡県葵区千代田六丁目 14-4 TEL: 054-265-1700 FAX: 054-265-1518	ハートフルホーム相良	〒421-0526 牧之原市大沢 565-1 TEL: 0548-53-1588 FAX: 0548-53-1589
ハートライフ押切	〒424-0008 静岡市清水区押切 845-2 TEL: 054-348-1688 FAX: 054-348-1692	ハートフルホーム厚原	〒419-0201 富士市厚原 179-1 TEL: 0545-32-8588 FAX: 0545-32-8887
ハートライフ高柳	〒426-0041 藤枝市高柳三丁目 29-31 TEL: 054-631-6821 FAX: 054-631-6824	ハートフルホーム加島	〒416-0912 富士市加島町 8-16 TEL: 0545-32-6866 FAX: 0545-32-6855
ハートライフ小石川	〒426-0033 藤枝市小石川町三丁目 19-23 TEL: 054-639-5398 FAX: 054-639-5198	ハートフルホーム開北	〒410-0004 沼津市本町 2-52 TEL: 055-929-1805 FAX: 055-929-2588
ハートライフ初生	〒433-8112 浜松市北区初生町 720-2 TEL: 053-523-8570 FAX: 053-523-8579	カフェ&リハ静岡千代田	〒420-0801 静岡県静岡市葵区東千代田 1丁目 7-12 TEL: 054-295-5455 FAX: 054-295-5559
ハートライフ長泉	〒411-0944 駿東郡長泉町竹原 360-1 TEL: 055-971-6388 FAX: 055-971-6360	静岡市駿河区八幡山 地域包括支援センター	〒422-8032 静岡県駿河区有東二丁目 12-10 TEL: 054-202-6677 FAX: 054-202-5032
ハートフルホーム城北	〒420-0936 静岡県葵区池ヶ谷 6-20 TEL: 054-249-1188 FAX: 054-249-1189	脳梗塞リハビリBOT静岡 静岡店	〒422-8063 静岡県駿河区馬淵一丁目 8-1 TEL: 054-289-6588 FAX: 054-270-7010
ハートフルホーム西奈	〒420-0916 静岡県葵区瀬名中央一丁目 4-3 TEL: 054-655-0588 FAX: 054-655-1388	脳梗塞リハビリBOT静岡 富士店	〒419-0201 静岡県富士市厚原 179-1 TEL: 0545-30-6108 FAX: 0545-32-8887
ハートフルホーム静岡中央	〒422-8063 静岡県静岡市駿河区馬淵 1丁目 8-1 TEL: 054-205-1988 FAX: 054-205-1989	ぺんぎん福祉用具サービス (福祉用具貸与・販売・住宅改修)	〒422-8063 静岡県静岡市駿河区馬淵 1丁目 8-1 TEL: 054-269-6306 FAX: 054-270-7010
ハートフルホーム小鹿公園前	〒422-8021 静岡県駿河区小鹿 927-1 TEL: 054-654-2220 FAX: 054-654-2206	ぺんぎん保育園上足洗	〒420-0841 静岡県葵区上足洗三丁目 14-39 TEL: 054-294-7188 FAX: 054-294-7288
		ぺんぎん保育園豊田	〒422-8027 静岡県駿河区豊田一丁目 1-41 TEL: 054-266-3268 FAX: 054-266-3263

関連会社

- ・株式会社アクタガワホールディングス
- ・株式会社アクタガワHRM（医療・福祉専門人材紹介・派遣）
労働者派遣事業（一般労働者派遣業般22-010039） 有料職業紹介事業（有料職業紹介22-ユ-010033）
- ・株式会社芥川ビル

SDGs への取り組み

持続可能な社会の実現に向けた取り組みを推進しています。



ダイバーシティ経営企業認定
(経済産業省)



女性活躍えるぼし認定
(厚生労働省)



ISO9001
認証取得



CSRパートナー企業
(静岡市)



しずおかランニングパトロール
(静岡県警)



お問合せはこちら 0120-810-964



アクタガワホームページ

アクタガワ 検索