



Careoth People Stories

ゆうゆう

YUYU



「おいしい」だけじゃない。 「笑顔」と「ワクワク」を届ける元気食堂 ～季節感・食べやすさ・遊び心を大切にした食事が評判～



「ゆうゆう戸手」ホーム長の吉村由香理さん(左)と厨房主任の神谷容子さん(右)



吉村さんの押しメニュー「いろどり御膳」です。「てまり寿司、天ぷら、肉、魚、ケーキ…と品数が豊富。女子のちよつとずつ、いろいろ食べたいという望みを叶えてくれます」。



神谷さんの押しメニュー「ちらし寿司」。「この辺りでは「ばら寿司」と呼ばれていて、昔懐かしい味わいです」。



カラフルな絵が飾られた元気食堂

介護福祉施設とは思えない豪華で豊富なメニューが人気の「ゆうゆう」。利用者からは「おいしい」「楽しい」と評判で、食事を楽しみに通う人も多くいます。今回は「ゆうゆう戸手」の元気食堂を訪れ、ホーム長の吉村由香理さんと厨房主任の神谷容子さんに、「こだわりの食事づくりへの想いを伺いました」。



「こちらが「元気食堂」のメニュー表。和食・洋食・中華まで幅広く、ビーフシチューや焼肉などボリューム満点のメニューも並び、まるでレストランのような充実ぶりです。2024年には給食委員会を中心に約2年かけてメニューを一新。日替わりや選べる小鉢など飽きない工夫に加え、季節食材や高齢者が食べやすい形状にも配慮されています。約20種類あるメニューの中から注目の品を紹介！まずは、利用者さんの人気ナンバーワンメニュー「刺身天ぷら定食」です。旬の魚介の刺身と旬の野菜の天ぷら、両方が味わえると大好評です。



メニュー表を見ながら開発時の苦労を振り返る二人



元気食堂の魅力は、アイデアあふれる行事食やイベント食。中でも話題を集めたのが「人間回転寿司」。利用者さんの周りを、寿司を持ったスタッフが回るユニークな企画で、食堂内には大漁旗も飾られ大盛り上がりでした。



「かつおの薫焼き」。踊り場でバーベキューコンロと炭を使い、かつおを豪快に薫焼き。一帯は香ばしい匂いに包まれたそうです。「五感で楽しんでいただけるように、スタッフも体を張っています」迫力満点の演出です。



今後の目標について、「安心・安全で、おいしい食事を届けたい」と神谷さん。「イベント食で皆さんに笑顔になってもらいたい。残してもいいから、お腹いっぱい食べて欲しい」と吉村さん。利用者さんを全力で楽しませたいという熱い思いが伝わってきます。





スターキッズ保育園

STARKIDS

VOL
06
2026

Careoth People Stories

遊びは学びの宝庫！

スターキッズ保育園の人気遊びランキング

東京都台東区のスターキッズ保育園は、認可保育園である本園（3〜5歳児）・分園（0〜2歳児）と、認証保育園であるスターキッズ谷中保育園（0〜2歳児）の3園で構成されています。子ども一人ひとりを大切に、生きる力を培う保育を理念に掲げ、子どもたちが夢中になる遊びを展開。遊びを通じて、将来の成長の土台となる意欲や協調性、自己肯定感などの「非認知能力」を育む保育を実践しています。

今回は「子どもたちに人気の遊びランキング」をご紹介します！子どもたちは「遊ぶこと」によってどんな力を育んでいるのか、先生たちはどのようにサポートしているのかを、原真衣副園長先生にお聞きしました。



第1位 戸外あそび

★豊かな自然が育む探求心！
都内の恵まれた環境で楽しむ戸外遊び

スターキッズ保育園の大きな特徴は、上野公園など徒歩圏内にある大小様々な公園を園庭代わりに活用した恵まれた周辺環境です。都内では貴重な自然豊かな立地の中で、子どもたちは年齢に応じた多様な遊びを展開しています。乳児期は葉や砂に触れる「感じる遊び」、幼児期には自然の素材を活かしたままごとなど、独自の想像力を育んでいます。こうした戸外遊びの魅力は、大人がルールを決めず、子ども自身が面白さや楽しみ方を発見できる点にあります。決まった遊び方がないからこそ探求心が刺激され、広大な空間を思いきり走り回る全身運動を通じて、体力や運動能力も自然と高まっていきます。

★「安全」と「自由」を両立する見守り

自由度の高い戸外遊びを支えるため、同園は安全対策を徹底しています。職員が事前に散歩先をリサーチし、公園の危険物確認や職員配置を明確化。乳児の戸外遊びでは出入口に保育士を置き、5分ごとの点呼で安全を確保しています。さらに、緊急時を除き、周囲に聞こえる声で個人名を呼ばない配慮など、安心安全に探索できる環境を整えています。



自然いっぱいの公園で、鳩に興味津々！

第2位 運動あそび

★工夫が満載！
室内でものびのび楽しめる運動遊び

園では雨の日でも工夫を凝らした運動遊びが人気です。平均台やバランスストーンなどの遊具を組み合わせた室内サーキットのほか、音楽に合わせたダンスや体操も実施。振り付けに縛られず、感性のまま先生と一緒に楽しく体を



動かすことで、表現力や運動能力、室内でも元気いっぱいに過ごせる環境を整えています。

★遊びの中で育つ「生きる力」

運動遊びには、順番を守る力や安全に考える力、表現する楽しさなど多くの学びがあります。「できたー」の成功体験を先生と一緒に喜ぶことで、子どもたちの自己肯定感や挑戦する気持ちも自然と育っていきます。

第3位 構成あそび

★イメージをカタチに！
構成遊びが育む子どもの思考力と主体性

レゴブロックやカプラなどを使った構成遊びは、子どもたちが頭の中のイメージを自由に形にできる時間です。試行錯誤を重ねる中で、手先の器用さや空間認識力、考える力が育まれます。保育士は子どもの「自分でできた」という達成感を守るため、さりげないヒントを出したり、子ども同士の対話を見守ったりと、介入しすぎない絶妙なサポートを徹底。年齢や状況に応じ、自ら創造し解決する力を大切に伸ばしています。



先生とブロックで動物の世界を作る子ども



積み木を並べて真剣に道を作る子どもたち

★地域に見守られ、のびのび育つ保育園

スターキッズ保育園は、谷中公園の花植えや介護施設訪問、消防署見学、上野動物園への散歩など、地域とのつながりを大切にしています。下町ならではの温かさに包まれた環境の中で子どもたちは地域の一員として豊かな経験を重ねています。保護者からも安心の声が寄せられ、職員同士の関係性も良く、落ち着いた雰囲気の中で園児一人ひとりと向き合いながら、それぞれ「やりたい保育」に挑戦できる職場です。



消防署見学のイベントで、消防車の運転席に座れる体験も！



おっとっと！上手にバランスをとって一歩一歩



トンネルをくぐって、元気に前へ前へ！

現在、園児を随時募集しているスターキッズ保育園。

リトミックや運動遊び、体操教室など、園の魅力体験できるイベント・見学会を月1回開催しています。公式サイト (<https://starkids-hoiku.com/>) から申し込みできるので、気になる方は気軽に参加してみたいかたがでしょうか？

園の雰囲気がよくわかる Instagram (https://www.instagram.com/starkids_nursery/) もぜひチェックしてみてくださいね！



STARKIDS_NURSERY





夢門塾

MUMONJUKU



Careoth People Stories

世界を知るプロが直接指導！ 桃田賢斗選手のバドミントン体験教室開催



参加者全員と記念撮影



一人ひとりに声をかけながら指導をする桃田選手

うまいーの一言に笑顔、世界トップの優しさに包まれた特別な指導

当日は、桃田選手の「元気がいっぱい楽しんでいきましょう」という言葉でスタート。基礎から丁寧に指導し、子どもたちに寄り添ったアドバイスが送られました。「うまいー」「ファイト！」と声をかけられた子どもたちは照れくさそうな笑顔を見せ、桃田選手が近づくとを期待に胸をふくらませて待っていました。「握手の形で持ち方を教わった」と嬉しそうに話す子どももおり、会場はあたたかな雰囲気に。さらに平成大、環太平洋大学、福山大学の学生たちもサポートに駆けつけ、子どもたちの挑戦を優しく支えました。



ウォーミングアップの時間からすでに楽しそうな子どもたち！

すべては子どもの未来のために。社長の「原点」が繋いだ桃田選手との特別な出会い

今回の体験教室の原点は、社長自身が幼少期にプロ野球選手と触れ合った感動にあります。カーブやサンフレッチェの選手との交流に続き、「子供の力になるきっかけを増やしたい」との想いから桃田賢斗選手へ自らメールで協力依頼を送り、快諾され実現。様々な出会いを通じて子供たちに夢を届けています。

今回の体験教室の原点は、社長自身が幼少期にプロ野球選手と触れ合った感動にあります。カーブやサンフレッチェの選手との交流に続き、「子供の力になるきっかけを増やしたい」との想いから桃田賢斗選手へ自らメールで協力依頼を送り、快諾され実現。様々な出会いを通じて子供たちに夢を届けています。



子どもたちが打てるようになると満面の笑顔に

世界王者が明かした次なる夢。「いつか自分の体育館で、子どもたちに楽しさを伝えたい」

イベント後のインタビューで桃田選手は、「体を動かす素晴らしさを伝え、できるようになった喜びを共有したい」と語りました。デモンストレーションで技の難しさも見せた意図を「どうすればできるか考えて練習を続けてほしいから」と明かし、自身が憧れたイチロー選手のように「うまくいかない時こそ挑戦し続けるのをやめないで」と力強いエールを送信。将来の夢は「今日のようなイベントができる自分の体育館を持つこと」と明かし、「最初は緊張気味だった子どもたちが、途中からたくさん話しかけてくれて楽しかった」と笑顔で振り返りました。

世界王者と本気ラリー！憧れのスマッシュに挑み、心に刻んだ「挑戦と継続」

続くラリー体験では、選ばれた子ども3人が桃田選手と対戦。声援に「ありがとう！」と返すやりとりに会場は笑い声で包まれました。参加した子は「スマッシュにドキドキしたけど、最後に勝って嬉しかった」と笑顔で感想を語りました。質問コーナーでは、子どもたちの素朴な疑問に桃田選手がひとつひとつ丁寧に回答。最後は「挑戦と継続がなにより大切」と、バドミントンに触れた子どもたちへ優しいエールを送り締めくくりました。

最後はグッズが当たる抽選会が行われ、衣類にサインをもらい嬉しそうにする子どもたちの姿が印象的でした。社長の「壁に直面したとき、進む力になるきっかけをつくりたい」という想いは会場に息づいており、憧れの選手と過ごした特別な2時間は、前向きなエネルギーとして子どもたちの未来を支える大きな力になります。



Ｔシャツの背中にサインを書いてもらいました



桃田選手にサインをもらう緊張の瞬間！





国際事業

INTERNATIONAL BUSINESS

VOL
06
2026

Careoth People Stories

キャレオス名物まるで運動会！？ な入社式に潜入してきました。



某悪役風の「悪の審判団」



会場が熱狂した「綱引き」バトル

☀️ 笑顔あふれる辞令交付式！
先輩からの温かいウェルカムムービー！

昼食会に続き行われた辞令交付式。先輩社員からのサプライズビデオメッセージが上映され、会場は温かい空気に包まれました。「私たちがいるから大丈夫！」という心強い言葉や、事業所の個性が光るユニークな演出に、新入社員の緊張もほぐれた様子。笑顔があふれ、キャレオスファミリーの一体感が深まる時間となりました。



☀️ 雨を吹き飛ばす、フレッシュな熱気が集結！
フレッシュな熱気が集結！

2026年4月1日、府中市立総合体育館（TTCアリーナ）に新入社員とインドネシア実習生が集結。花散らしの雨で屋内開催となりましたが会場は外の天気を吹き飛ばすほどの熱気に包まれました！

☀️ 温かな空気に包まれた入社式&辞令交付式
キャレオスサミットについて教えてください

書類の回収やオリエンテーション、リハーサルを経て、いよいよ入社式がスタート。藤井社長が熱いメッセージを語り、新入社員のみなさんは緊張の面持ちで耳を傾けていました。

☀️ スポーツを通して 実感する協力することの大切さ

2回戦はフライングディスクを使ったドッジボール！華麗に逃げ回る女性や、鋭いスナップを利かせる強者など、ユニークな名シーンが続出しました。国籍や年齢を超えて互いを励まし、譲り合う姿は爽快そのもの。仕事であることを忘れて、誰もが白熱する試合に、観戦していたライオンも思わず胸が熱くなり、感動を覚えるほどでした！



☀️ 裸足でガチンコ勝負！ 会場が熱狂した「綱引き」バトル

一回戦は綱引き！靴下を脱ぎ捨てて裸足で踏ん張る社長の姿に、新入社員たちの目もマジに。年齢や経歴の垣根を越え、全員が勝利を目指して汗だくでロープを引きます。「協力の大切さを学ぶ」という建前を忘れるほど誰もがガチンコで挑み、応援の音が響き渡る会場のボルテージは最高潮に達しました！

☀️ チームに分かれてガチンコ勝負！ 白熱の交流イベント

始まったのは「チキチキチーム対抗バトル」！役員から新入社員、インドネシア実習生までが混ざり合い全力で楽しむのがルールです。説明と共に現れたのは、某悪役風の「悪の審判団」。正体がバレバレな上に堂々とすべる姿に笑いが起きますが、この全力の姿勢こそが緊張をほぐす鍵。会場は一気に熱気に包まれました！

☀️ 【ここからが真骨頂！】 入社式なのに運動会！？ 名物交流イベントが幕を開ける！

これで終わりかと思いきや、ここからがキャレオスの真骨頂。名物ともいえる交流イベントがスタート！入社式と聞いていたのに参加者全員がカジュアルな感じで、なんだか運動会みたいだな...と感じていたライオンも、その予想があながち間違っていないことを思い知るのでした。

入社式ですらタダでは済まさない。キャレオスらしさ全開！の魅力的な1日でした。先輩たちからの温かな歓迎を肌で感じ、交流イベントをともに楽しむ。こんなすてきな時間をともにした同期たちは、離れ離れになってからもきっとお互いの支えになるはず。彼らの成長を楽しみにしつつ、次回は新入社員研修をレポートします！