

# スタッフから一言



訪問介護碧の風  
訪問介護員

森田順子 morita junko

先日、実家の父がアジのなめろうを作ってくれました。出刃包丁で魚を叩いて調味料を入れる、とてもシンプルな料理ですが、おろしにんにくをたっぷりにつけると絶品の味♡父に感謝です!



訪問介護碧の風  
訪問介護員

阿部裕子 abe yuko

宝くじとは「多空(たから)くじ」ではないかと、思っている私ですが、いつか宝くじの神様と両思いになれる日を夢見ています。でも宝くじの神様はどこ? この調子じゃ片思いすら遥か彼方(泣)。



デイサービス碧の郷  
看護師

谷口トシエ yaguchi toshie

今年5月からここに勤めています。年甲斐もなく…真っ赤な車を買ってしまいました(苦笑)。人気の車種で納車まで数ヶ月かかったので、待ちに待った感じです。赤のパワーをもらってこれからも頑張ります☆



デイサービス碧の郷  
介護職員

石橋幸恵 ishibashi sachie

以前、市のセンターで韓国語を勉強していましたが、再度独学でチャレンジ中! 韓国語は日本語と語順が似ているので興味を持ったのですが…パッチムに苦戦(汗)。目指せ! 韓国一人旅☆

※パッチム…韓国語独特の発音のこと

## 健康豆知識

高齢者の骨の老化で良く聞く骨粗鬆症(こつそそうしょう)。ホルモンバランスの関係が影響するため女性に多く、男性も年齢に伴い発症しやすくなります。骨折しやすく、骨折すると治りにくいので注意が必要。積極的に摂ることが大事なカルシウムは、ビタミンDと一緒に摂ると吸収率が良くなります。

日頃から転倒予防に心がけ、無理のない程度に運動することも大切です。



## 心理テスト

Q 大きなお屋敷の庭に、古いカギが落ちていました。さて、何のカギだと思いますか?

A 門 B 玄関 C 倉庫

A カギは自分のこだわりを大切にしまい込む気持の象徴です。これであなたのオタク度がわかります。

A…物事にこだわらない、外向的なタイプ。  
オタク度は、30%以下!

B…広く浅く興味を持つタイプ。オタク度は、50%!

C…かなりのオタク人間。オタク度は、90%!

## (株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

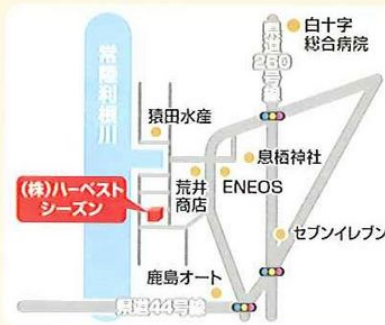
営業時間 窓口営業は通常8時~17時 (サービス提供は計画によって時間外あり)

お休み 窓口営業はお盆・お正月のみ (サービス提供はこの限りではない)

電話番号 ケアプラン碧の空 0299-77-8691  
訪問介護碧の風 0299-77-8697  
デイサービス碧の郷 0299-77-8692

FAX 0299-77-8694 (全社共通)

URL <http://harvestseason.jp/>



次号は11月初旬頃発行予定。お楽しみに~♪

10月生まれ…12月まで山登りに出掛けしてみよう。11月生まれ…12月の行事に夢中して。4月生まれ…家の行旅は、土に埋れ合うような風景や創作案が吉。5月生まれ…人見知りには、真。無理をしない程度に慣れ親しんで。6月生まれ…秋の味覚を堪能。物産市など産地直送の味に。

12月生まれ…12月まで山登りに出掛けしてみよう。11月生まれ…12月の行事に夢中して。4月生まれ…家の行旅は、土に埋れ合うような風景や創作案が吉。5月生まれ…人見知りには、真。無理をしない程度に慣れ親しんで。6月生まれ…秋の味覚を堪能。物産市など産地直送の味に。