

# 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？この調子じゃ片想いすら遥か彼方(泣)。



デイサービス碧の郷  
看護師  
看護士

**谷口 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…真つ赤な車を買ってしまった(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。

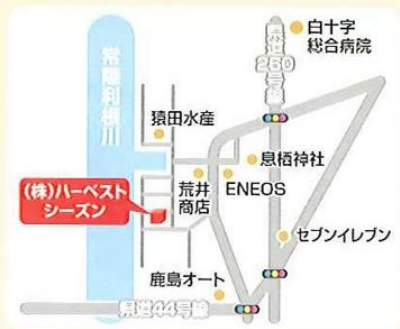


## 心理テスト

- 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せんか？  
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ちの象徴です。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～♪

12月生まれ…大切な人との思い出を大切に。 1月生まれ…新しい一年をスタートさせる。 2月生まれ…春の訪れを待ち望む。 3月生まれ…新しい出会いを大切に。 4月生まれ…春の訪れを待ち望む。 5月生まれ…人見知りや、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。