

ハーベストシーズンが
お送りする

第14号

そよ風新聞



発行：(株) ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



■私は数年前からギックリ腰を数回経験しているのですが、今度はギックリ腰ならぬ、ギックリ尻になってしまいました(汗)。ギックリ初日は、接骨院で鍼と灸をしてもらって帰宅。四つん這いでも動けず、会社から車イスとシルバーカーを持ってきてもらって…しばらくは、靴下を孫に履かせてもらう有様(泣)。その後、ストレッチや腰痛体操、筋肉トレーニングなどで再発予防に励んでま〜す☆

■さて、ご存知の方もいらっしゃると思いますが、私根本はケアマネジャーです。神経難病の方や脳血管障害の方、

ガン闘病中の方、そして認知症の方。ご家族がいる方やお一人暮らしの方など…お一人お一人の困りごとは様々。特に私個人としては、認知症介護に関わらせていただくことが多く、認知症の方本人の気持ちを尊重することを大切に、介護サービスをプランニングしています。自分が認知症になったら…どう関わって欲しいかを信条としています♪ そんな活動から、毎年、神栖市のやすらぎ支援員要請講座で一コマ講義を担当しています。今年11月6日、福祉会館にて☆ 認知症介護の実態についてお話をさせていただきます。



孫の笑顔にいつも元気をもらいます♪(根本)

ここ、こだわってます



去る9月16日(月)、敬老の日。今年も三宅商店さんにお世話になりました。昨年同様、在宅のご利用者様限定で、お赤飯と紅白まんじゅうのプレゼント♪

あいにく当日は、大型台風19号が上陸している真っ只中(汗)。お届けするスタッフは、車を強風に煽られ悲鳴を上げながらという、なんとスリリングな配達でした。なんとか無事にお届けにあげることができ、スタッフ一同ホッと一安心。ご利用者様の喜びは私達の喜びでもあります。

12月生まれ…時間がある時は、仲間と集まって食事やカラオケを。 11月生まれ…直前まで頑張る時、迷った時は自分の直感を信じて。 10月生まれ…やる気十分になる時、やれることを一気に仕上げて。 9月生まれ…積極的にこそ意味がある。飽きない・諦めないが重要。

3月生まれ…ウソが書。ボクシローの解禁も覚悟して新酒を堪能。 4月生まれ…他人と同じようではダメ。自分だけのやり方で挑戦。 5月生まれ…そろそろ今年を振り返ってみて。やり直しを探して。 6月生まれ…仕事などで大きなチャンスの到来。一回り成長する。 7月生まれ…紅葉の秘境を旅してみても。秘湯の温泉運りも尚よし。 8月生まれ…無理をせず、本来の自分を出すこと。体調は無意味。 9月生まれ…積極的にこそ意味がある。