

# スタッフから一言



デイサービス碧の郷  
介護職員/介護福祉士

佐藤直人 Naoto Sato

桜は終わり新緑の頃。春先に花見に行きました。あまりに綺麗で心が洗われ、今後の人生が大きく花咲いていくような…。皆さま、私の人生が花咲くように、ご声援のほどよろしくお祈りしますね！



デイサービス碧の郷  
介護職員

三浦智子 Miura Tomoko

我が家の庭先には、毎日決まった時間にやってくる訪問者が。それは最近流行のブサカワ猫！巨大な体で餌を求めにやってくる！やってくるようになって4か月。住居は今だ不明なままです(汗)。



訪問介護碧の風  
訪問介護員/介護福祉士

大津久美子 Otsu Kumiko

最近ギターを購入しました！高校生になってからギターを始めた娘にうまくのせられて…学生時代以来のギターなので、思ったように指が動かないっ(泣)。目指せ！一曲完奏♪



訪問介護碧の風  
訪問介護員/介護福祉士

河内紀子 Kawachi Noriko

今年は銀婚式を迎えるため、初めての北海道旅行を計画中！富良野のラベンダー畑や温泉、朝市の海鮮丼や札幌ラーメン。いろいろなところに行き、北海道ならではの物を食べる…今から楽しみです♡

## 健康豆知識

ごぼうやサツマイモは便秘に良い、とよく耳にしますよね。食物繊維は2種類。1つは「水溶性」、もう1つは「不溶性」です。ごぼうやサツマイモ等の根菜類は不溶性食物繊維で、実はこれだけを食べても便が硬くなるだけ。一緒に水溶性食物繊維を摂らないと、柔らかい便にはなりません。水溶性食物繊維は海藻や果物に多く含まれていますよ！このほか、大腸の自律神経に作用するビタミンB、C、Eなどもしっかり摂りたいものですね☆



## 心理テスト

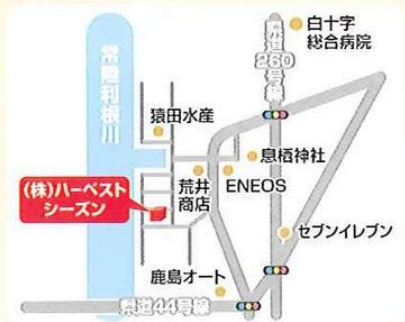
Q うどん屋で嫌いな上司がきつねうどんを注文。さて、あなたは何を注文しますか？

A わかめうどん B 肉うどん C ざるそば

- A この質問で、あなたの仕事に対する情熱がわかります。  
 A…出世欲のない人。与えられたことだけをコツコツ。  
 B…バイタリティのある人。やり始めたらトコトンやる。  
 C…変わり者。情熱が薄く、仕事でも頭の中はよそごとばかり。

## (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7月初旬頃発行予定。お楽しみに〜♪

12月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。1月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。2月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。3月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。4月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。5月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。6月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。7月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。8月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。9月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。10月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。11月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。12月生まれ…短気は短気、思いどおりに進めたい。

3月生まれ…人の陰にまみれず、自分らしく生きて。4月生まれ…メールばかりの相手に、たまには電話を。心が繋がります。5月生まれ…ネットショッピングにツキあり。お値打ち物を発見。6月生まれ…取捨選択して心も体もスッキリさせて。心機一新を。