10月の占い【10月1日(水)～31日(金)】 1月生まれ…早とちりに注意。思い込みで行動しないで確認して。 2月生まれ…早起きしてラジオ体操やストレッチで体力アップを。

スタッフから一言

デイサービス碧の郷
介護職員

大石光 Hikaru Ooishi

もうじき弟夫婦に赤ちゃんが誕生します！ 俺はカッコイイおじさんに！ でも今年の夏は猛暑でビールが美味しかった～。その結果…腹回りが立派に育って…。カッコイイおじさんはどこに！？

デイサービス碧の郷
調理作業員

鵜澤真佐代 Masayo Uzawa

まもなく次男夫婦に初めての子が誕生します。私にとっては3人目の孫。自分が子を産んだのが、ついこの間のような気がしてならないっ！ せめて、気だけは若く持ちたいと願う今日この頃です☆

訪問介護碧の風
訪問介護員/介護福祉士

新井良子 Ryouko Arai

入社2年目の新井です。今年介護福祉士に合格しました。いえ～♪ そんな私はお料理の腕を磨くべく、クックパッドに夢中！ 訪問で伺う利用者様に、少しでも美味しいものを食べていただきたいです！

訪問介護碧の風
訪問介護員/介護福祉士

遠藤順子 Junko Endou

今年介護福祉士になった遠藤です！ 秋といえば「食欲の秋」！ 時期に関係ないですが、私の好物は「イクラ」♪醤油漬けのイクラをご飯にかけて、う～ん最高♥「天高く、遠藤肥ゆる秋」も近し(汗)。

健康豆知識

ゴマが健康に良いことは皆さまもなんとなく知っていますよね？ ゴマに含まれるセサミンは、ビタミンEと共に体の中の活性酸素を退治してくれるので動脈硬化やガンといった病気だけでなく、美容にもとてもGOOD！ この他二日酔い防止にも効果あり。小さじ1杯のゴマをフライパンで炒ってからすりつぶし、毎日食事と一緒に摂れるように心がけたいものですね♥

心理テスト

Q 身につけると透明人間になれるという不思議なものを手にしました。それは一体何？

A コート　B 帽子　C ブレスレット

A このテストで、あなたの社会適正度がわかります。

A…少々頭が固いけど、他人との協調性はバツグン。

B…社会をなめている所アリ。
　個人プレーの方が無難。

C…気分屋のため、周囲は常に困惑。

(株)ハーベストシーズン

住所　〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

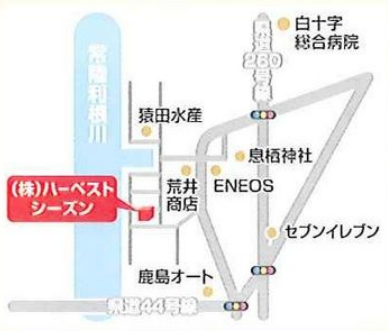
営業時間　窓口営業は通常 8 時～ 17 時
（サービス提供は計画によって時間外あり）

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～♪