

# スタッフから一言



デイサービス碧の郷  
看護師

門井美幸 Miyuki Kadoi

息子のお弁当作りから解放されたのをきっかけに、思い出のお弁当を聞いてみたところ…①たこ焼き ②二段ともチャーハン ③固まった焼きそば…愛情はたっぷり入れたはず。良い思い出にしてね(汗)。



デイサービス碧の郷  
介護職員

多田香織 Kaori Tada

幼い頃、「ムツゴロウ王国」に住むのが夢でした(笑)。自宅でペットを飼うことはできず…ペットショップや利用者さんのお宅で、わんちゃんや猫ちゃんと仲良くさせてもらってま〜す♡



訪問介護碧の風  
管理者/介護福祉士

角田陽子 Youko Kakuta

元気だけが取り柄の角田です(苦笑)。昨年、花粉対策に購入したトンボ眼鏡…恥ずかしく使えずしまったまま。今年はトンボ眼鏡をかけて訪問介護に出るので、笑わないでくださいね!



訪問介護碧の風  
訪問介護員

二瓶知恵子 Chieko Nihei

昨年11月からハーベストに仲間入りしました♪ 甘えん坊の4歳息子と、のんびり屋の9歳娘がいます☆子供の成長と共に、介護の仕事を通じて私自身も成長していきたいと思っています。

## 健康豆知識

身近な食物繊維を積極的に摂り、便秘の解消を図ってみませんか。まずは「納豆」。水分を吸着し腸壁を刺激して便通を良くします。そして腸内環境正常化でおなじみの「ヨーグルト」。ビフィズス菌が腸内の善玉菌を活性化させるのは有名な話ですよ。3つ目は「寒天」。ゼリーなどでも摂取できますが、粉寒天を水で飲み干すのもOK。小さじ1杯程度を毎食後に飲めば便秘解消間違いなし!



## 心理テスト

Q ドラマを見ていると、突然チャンネルを変えられました。さて、どんな番組に変えられた?

A ニュース B お笑い番組 C ワイドショー

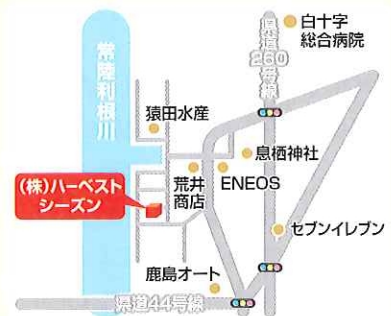


A この質問で、大切な人に裏切られた時のあなたの行動がわかります。

- A…ハッキリさせるため、徹底的に話し合う。
- B…ショックで2~3日寝込みますが、立ち直りは早い!
- C…誰かに間に入ってもらい、第三者の意見をフムフムと伺います。

## (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5月初旬頃発行予定。お楽しみに〜♪