

スタッフから一言



ケアプラン碧の空
主任介護支援専門員
関澤由美子 Yumiko Sekizawa
この4月から入社した関澤です。歌舞伎(中村獅童推し!)と、うめちゃん(飼犬)をこよなく愛する42歳です(笑)。「一期一会」を大切に一生懸命頑張ります。~すべてはその人のために~です♥



ハーベストシーズ
事務/介護福祉士
大槻さち Sachi Ootsuki
皆さまお久しぶりです。2月に育児休暇から復帰しました! 子供が2人になり、毎日時間に追われています。訪問には出ませんが、縁の下の力持ち?として、頑張っていきたいと思いま~す☆



訪問介護碧の風
サービス提供責任者/介護福祉士
平野恵 Megumi Hirano
3月からハーベストに仲間入りした平野です。今年18歳になる息子の部屋に「人が来ているから入るな!」の張り紙が…。大人の階段を上っているのかも知れないけれど、母ちゃんは寂しいよお~(泣)。



訪問介護碧の風
訪問介護員
伊藤由美子 Yumiko Itou
2月よりハーベストの一員となりました。おっちょこちょいが代名詞の伊藤です☆ 美味しい物に目のない私…。年齢を重ねると共にお腹の肉も見事に重なり(苦笑)。そんな私ですがよろしくをお願いします。

健康豆知識

最近テレビで良く取り上げられる認知症予防について。まずは一回20分少々の汗ばむ程度の有酸素運動を週2回くらい行なう。アルツハイマー病の原因となるタンパク質を除去してくれるようです。2つ目は、人とコミュニケーションを積極的に取って脳を活性化する。3つ目は、高血圧、高コレステロール、肥満に悩む人はアルツハイマー病になる危険度が高くなる傾向にあるので、生活習慣病予防を意識した食事が大切ですね!



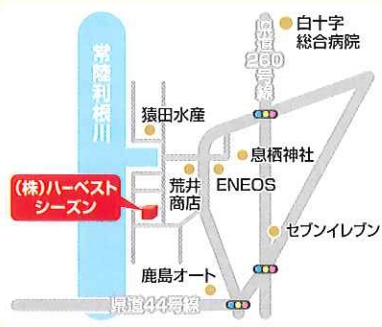
心理テスト

- ① ここにライオンが入っている檻があります。さて、それぞれの位置に当てはまる人物は、誰ですか?
- A ライオンに乗っている人
 - B ライオンの檻の中にいる人
 - C 周りで観ている人
- ② この質問で、あなたがその人をどう思っているかがわかります。
- A …あなたが「尊敬」している人。
 - B …あなたが「嫌い」な人。
 - C …あなたが「どうでもいい」と思っている人。



(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…運命の日に注意して。1月生まれ…辛抱強さが試される時。困難に遭っても諦めないで。 2月生まれ…人からの評判が気になりそう。笑顔で他人に接して。 3月生まれ…運動不足に気をつけて。部屋のインテリアを直そう。 4月生まれ…今よりも一歩先を考えて行動を。先月の明が明確に分ける。 5月生まれ…提出書類に注意して。書き漏れ・書き損じがありそう。 6月生まれ…思い通りにことが進みそう。微塵になら