

スタッフから一言



デイサービス碧の郷
生活相談員/介護福祉士

久保木テル子 Teruko Kuboki
20年ぶりのスノーボード！職場の同僚からは「雪だるまと見間違われる」と言われつつも、体はバランスを覚えていて苦なく滑れました。皆さん、動けるポッチャリとは私のことです(笑)。



デイサービス碧の郷
介護職員

古川幸江 Sachie Furukawa
調理補助。おっちょこちょいの私ですが、碧の郷の一員となり1年！利用者様の笑顔に癒され、スタッフの皆さんに助けられる日々。楽しいお食事時間となるよう、愛情のふりかけを撒きまくりま〜す♡



訪問介護碧の風
訪問介護員/介護福祉士

遠藤順子 Junnko Enndou
昨年毎日10キロのランニングを頑張り、〇〇kgのダイエットに成功♡皆から「痩せたね」と声をかけられます。そして昨年はケアマネジャーの試験にも合格！今年研修も終わって無事に資格をゲット♪



訪問介護碧の風
訪問介護員/介護福祉士

新井良子 Ryouko Arai
もうすぐ娘が出産予定。一緒に産婦人科へ行きます。大きなお腹の妊婦さん達がいっぱい。でもいちばん大きいお腹は…わ・た・し。「いつ生まれますか?」「ずっと産まれません!30年間妊婦ですから(笑)」

健康豆知識

私たちが何気なく食べている漬物は「発酵食品」です。漬物の塩分は野菜が腐るのを防ぎ、乳酸菌を増やします。野菜からは余分な水分が出て、生野菜より食物繊維を多く摂り入れることができます。

ぬか漬のぬかの中には、ものすごい数の乳酸菌が住んでいて、ビタミンやミネラルが豊富です。腸の働きを良くするたくさんの乳酸菌や酵母菌。漬物のチカラ、知っておきたい豆知識ですね。



心理テスト

◎ 1人暮らしの家の庭に、渡り鳥が1羽舞い降りました。それはなぜ?

- A 群れの仲間とケンカした
- B 目的地に行くのに疲れた
- C 目的地が分からなくなった



◎ あなたのヤル気がどんな時になくなるかが分かります。

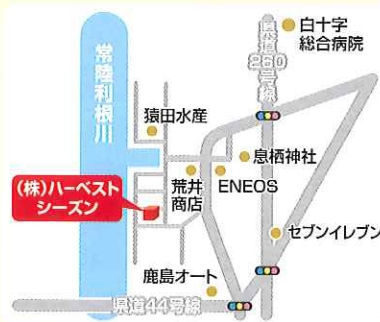
- A…ストレスが溜まり、腹を立てた時
- B…目標や熱中するものがない時
- C…ヒマな日が続き、ぼんやりしている時

(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
 - デイサービス碧の郷 0299-77-8692
 - 訪問介護碧の風 0299-77-8697
 - 訪問介護碧の風かとり 0478-79-6361
- FAX** 全社共通 0299-77-8694
碧の風かとり 0478-79-6362
- URL** <http://harvestseason.jp/>



2015年
10月1日
開設!



次号は7月初旬頃発行予定。お楽しみに〜♪