

# スタッフから一言



ディサービス碧の郷  
生活相談員

**久保木 テル子** Teruko Kuboki  
休日はドライブがてら、神社仏閣巡りへゴーゴー！娘と一緒に始めた御朱印集め。黒と赤の個性的な文字がキレイです。  
ご当地グルメを堪能しつつ、景色を眺めてリフレッシュ♡



ディサービス碧の郷  
介護職員

**大石 光** Hikaru Oishi  
大石です！「大石光のシャキッと体操」絶賛売り出し中♪碧の郷でしか体験できませんが(笑)。  
さて、GW私は2人の甥っ子と出かける予定♪甥っ子達に「ジジ」と呼ばれる私…そんなに老けてます？



訪問介護碧の風  
訪問介護員

**宇地原 タケ子** Takeko Uchihara  
今年のお正月、1年間の目標にと思い、毎日1時間ウォーキングをすることにしました。  
運動とは無縁だった私。健康のためにと無限のチカラを信じて5ヶ月！  
努力が楽しみになりました♡



訪問介護碧の風  
訪問介護員

**菅澤 真弓** Mayumi Sugawara  
かとり所属の菅澤真弓、2人の息子の母です。下の子は17歳、難しいお年頃。いつか笑い合える時が来るとわかってはいても、やっぱり「ガラスの少年時代」…取り扱いには注意が必要です⚠

## 季節の豆知識

♥知っていますか？筍の種類と美味しい食べ方

田植えの季節は「筍」の季節でもあります。筍には多くの種類があり、一般的に流通している孟宗竹(もうそうちく)は3月中旬から5月にかけてが旬。その後、淡竹(はちく)、真竹、根曲がり竹が旬を迎えます。「朝掘ったら、その日のうちに食べる」と言われるくらい鮮度が命の筍。新鮮なものを選びすぐに下処理しましょう。  
掘りたての穂先を刺身で、なんて贅沢したいものですね♪



## 心理テスト

Q あなたが夢の中で真っ白な空間を歩いていたら、目の前に食卓が現れました。食卓に乗っていたのは次の内どれ？

- ①花
- ②果物
- ③お菓子



A 食卓に乗っていたもので、家庭適格度がわかります。

- ①あなたの家庭適格度は70%。理想的な家庭を築けます。
- ②果物は新しい刺激や誘惑の象徴。家庭適格度は30%です。
- ③皆で分けるお菓子を選んだあなたの過程適格度は90%。

## (株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

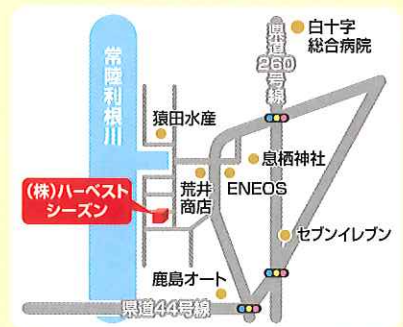
営業時間 窓口営業は通常8時～17時  
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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  
ディサービス碧の郷 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/>



次号は2018年7月発行予定。お楽しみに～♪

3月生まれ…引っ越しや新居を考えている人は、振り出し物有り。4月生まれ…梅雨の憂鬱を吹き飛ばすようなフワフワソングをして。5月生まれ…積極的な行動が大切。熱意や行動力が結果に繋がる。6月生まれ…周りにつられて態度を変えないこと。凛とした態度。7月生まれ…スタッフがラッキースーツを穿く。美味いものを探し。8月生まれ…キラキラ光るビニール素材がお勧め。女子力アップ。9月生まれ…喉や咳に気をつけ。10月生まれ…閉じこもりがちになる時は、新しい料理にトライをして。11月生まれ…時には、退屈も必要。下準備が良い結果に繋がる。12月生まれ…周りの意見を受け入れてみて。真向否定は避ける。