

スタッフから一言



ハーベストシーズン
ケアプラン碧の空
原田 敏秀 Toshihide Harada

娘が2歳になりました。病院通いの多かった娘が、かかりつけの先生の勧めで漢方薬を飲み始めて約1年。おかげさまで体調安定。大人でも飲みづらい漢方を朝夕飲む姿を見て、パパはますますメロメロです♡



デイサービス碧の郷
看護師
紺野 米子 Yoneko Konno

私には4人の孫がいて、保育園からずっと年に一度の運動会の弁当作りとリレーの応援をするのが楽しみでした。そのイベントも来年が最後となり、ホッとしたような寂しいような...複雑な心境です。



訪問介護碧の風
訪問介護員
青木 綾子 Ayako Aoki

少しずつ暖かくなってくると、体を動かしたくなりますよね~。数年前にヨガにはまりヨガマットを購入したものの、去年はほとんど出番なし...。健康維持のため、今年は再チャレンジしようと思っています♪



訪問介護碧の風
訪問介護員
二瓶 知恵子 Chieko Nihei

今年娘が小学校を卒業します。ナン！校長先生は私が中学3年生の時の担任。娘も私も同じ先生に送り出してもらえるなんて嬉しい限り。というわけで、この春から中学生になる娘。私もますます頑張らないと~!

季節の豆知識

♡春は苦味野菜で身体を目覚めさせましょう

「春は苦味を盛れ」ということわざをご存知ですか？

“新陳代謝が弱まる冬の間体に溜まった老廃物を出し、目覚めさせるため苦味のある食べ物を食べよう”という意味だそうです。春の苦い食べ物といえば、ふきのとうやタラの芽、菜花、タケノコなどが代表でしょうか。

旬を迎える木の芽や春野菜。苦味成分のある旬の食材を食べて、体の中のエネルギーを呼び起こしてくださいね！



心理テスト

Q ある日、あなたは遊園地で記念撮影をしました。後日写真を見ると偶然写っていた人がいます。それは誰ですか？

- ① 友達
- ② 箱
- ③ 芸能人

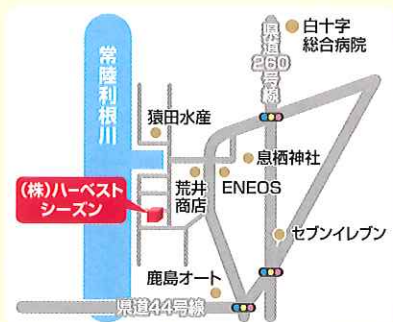


A 写っていた人が誰かで、現実逃避度がわかります。

- ① 現実逃避度は30%。今の生活が充実しているようです。
- ② 過去を思い出しているあなたの現実逃避度は60%です。
- ③ 現実逃避度は80%。思い出を美化する傾向があります。

(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
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/>



次号は2018年5月発行予定。お楽しみに~♪

3月生まれ... 新たな挑戦の機に挑戦。船に乗りこえているかも。4月生まれ... 思い立ったが吉日。やりたかったことは、即始めて。5月生まれ... お部屋の気になっているところの模様替えをやって。6月生まれ... お花見や歓迎会は、是非参加を。集まり事に

は日頃の努力次第。努力して。10月生まれ... ヘアケアを怠らないう。うる肌で魅力アップして。11月生まれ... 運気アップには昔の素材のバススタ料理にこだわって。12月生まれ... 春の山菜取りなどに挑戦して。自然の中で癒されて。