

# スタッフから一言



訪問介護碧の風  
訪問介護員/介護福祉士  
**齋藤きづ子** saito kizuko  
最近、食事がマンネリ気味で家族から不満の声が(汗)。雑誌・ネット・食べ歩きで新メニューを開発中です！そのうちに、アツと言わせてみよう、ホトトギス(笑)。訪問介護にも活かるといいなあ〜。



訪問介護碧の風  
訪問介護員/介護福祉士  
**中村しげ美** nakamura shigemi  
昨年の夏から神之池公園でウォーキングをしています。約5キロを歩いても、希望の体重には及ばず(泣)。それでも季節の変化を肌に感じるのは楽しいです♪ 私を見かけた方は、一声かけてくださいね。



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** kuboki teruko  
デイのマドンナ？ 久保木です♥(うざいと言われてもめげないよ)。最近、車にドライブレコーダーを搭載して運転を録画。自分の運転のクセをつかんで安全運転に役立っています。皆さんもお試しあれ〜。



デイサービス碧の郷  
介護職員/社会福祉主事  
**大石光** oishi hikaru  
私が尊敬する社長と同じ車を買いました！ナンバーも同じにしようと思ったけどお金がかかるので…あきらめました(苦笑)。一緒にドライブに行ってくれる、社長のような？ 女性を募集中です(笑)。

## 健康豆知識

最近、パッケージに「カロリーゼロ」と大きく表示された食品をよく目にしますね。肥満が原因のメタボリックシンドロームも気になるし…これなら、いくら摂ってもカロリーゼロだから大丈夫！ そう思っていないですか？ 実はこれ、100ml(100g)あたり5kcal未満、ボトル飲料1本あたり砂糖6g分24.9kcalまではゼロ、ノン、レスと表示しても良いと厚生労働省が通達しているんですって！ ゼロの過信にご用心！

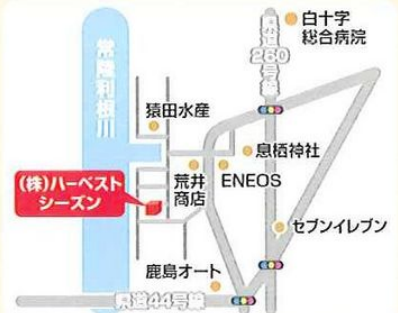


## 心理テスト

- ◎ 人の言葉を覚えたカラスが鳴いています。その鳴き声は次のどれ？
- A ヤッホー B ヒャッホー C サッカー D ロッカー
- ◎ カラスは偽りの心の象徴です。これであなたの嘘つき度がわかります。
- A …嘘をつくのが大好き。嘘つき度は、80%以上。  
B …思いつきやサービス精神で嘘をつくあなたは60%。  
C …上手な嘘をつくあなたは30%。  
D …正直すぎるあなたは10%以下。正直すぎて人を傷つけることも。

## (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〜♪

余裕を。思ったように時間が取れず慌てそう。 10月生まれ…子供のいる家庭は、子供に合わせ、自満にいく。 11月生まれ…口やかましく言うより、身をよせてやる姿を見せて。 12月生まれ…晴れの日、しっかりと空気の入れ替えをして。 3月生まれ…遠く海にも前線が伸びる。気を付けて！ 4月生まれ…父の日、離れていても改めて感謝の気持ちを表して。 5月生まれ…物事は順調に進むが、その分行動範囲が広がります。 6月生まれ…あれこれ指図するよりも、穏や

6月の占い[6月1日(土)~30日(日)] 1月生まれ…防水対策に一工夫を。豊潤な土砂降りも上手かわりして。 2月生まれ…水分不足に注意を。思っているよりも体は水分が必