

ハーベストシーズンが
お送りする

第43号



そよ風新聞



発行：(株) ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■皆さま、今年の夏はエンジョイできましたか？

この夏の酷暑は体に響きましたよね。熱中症には引き続きご注意ください。ハーベストシーズンの根本です。

■私の今年の夏の思い出は、小学生になった孫と2人で北陸は福井の「福井県立恐竜博物館」に行ったこと。この博物館は、世界三大恐竜博物館のひとつだそうです。

■北陸新幹線で金沢へ、金沢で特急列車に乗り換え福井入り。福井駅を降りると、目の前には動いて声を出す恐竜のでっかいモニュメントが。駅の壁面にも恐竜がいて、すでに孫は大喜びです。さすが



恐竜王国福井！孫の心をわしづかみです(笑)。駅からはレンタカーで博物館を目指しました。

ホテルでも恐竜三昧で、「太古と恐竜の世界」がコンセプトのイルミネーションに、またまた孫は大喜びでした。

■博物館では事前に予約した屋外博物館で、恐竜の化石の発掘現場を見学。実際に発掘体験もできましたよ！

■帰りの新幹線では疲れ果て爆睡する孫の顔を眺めながら、いつまで一緒におばばに付き合ってくれるのかな…と思いつつ、来年はどこに連れて行こうかな♥と考えていました。



代表取締役 根本栄子

インフォメーション

「訪問介護碧の風かとり」が移転しました

■皆さまもうご存知かと思いますが、香取市(旧小見川町)で営業している「訪問介護碧の風かとり」は、利根川堤防近くの住金団地周辺へ引っ越しました。豊かな自然に囲まれまるで古民家のような佇まいです。



た立地で、狭かった事務所は広々となりました。

庭には樹木がたくさん生い茂り、ゆずやビワにザクロ、イチジクなど、昭和の懐かしさ漂う新事務所です。

事業拡大のため、ヘルパーさんも大募集中！

あなたもやりがいのある仕事をしつつ、空き時間を有効に使ってみませんか？



事務所も広くなりました！

スタッフから一言



デイサービス碧の郷
介護福祉士

坪井 美幸 Miyuki Tsuboi

神栖に移住し早3年。やっと毎日の生活が楽しくなってきました♪
最近海にハマリ、神栖に来て本当に良かったなあ…と感じる今日この頃。これからたくさん楽しみを発掘できたらいいなあ♥



デイサービス碧の郷
介護福祉士

小山 美紀 Miki Koyama

最近、子供に「おばあちゃん？」とよく聞かれる私は、味噌を仕込んだり梅干しを漬けたりと、おばあちゃんライフを満喫♪数十年後？には本物のおばあちゃん。娘達のためにも目指せ！元気なおばあちゃん♥



訪問介護碧の風
管理者 介護福祉士

角田 陽子 Yoko Kakuta

残暑のおかげか？ちよつぱりほっそりした私。これから迎えるのは宿敵、食欲の秋です♪
『絶対に負けられない戦いがそこにはある！』
皆さん応援してくださいねっ！(笑)



訪問介護碧の風
サービス提供責任者 介護福祉士

齊藤 富士子 Fujiko Saito

暑夏の後遺症がお肌と体にじわじわと現れるこの季節。できるだけ老けないように、しっかりメンテナンスをしないと10歳くらい一気に老けてしまう(泣)。いくつになっても若々しく年齢を重ねていきたいものですね！

季節の豆知識

♥敬老の日はいつ？その趣旨とは？

9月といえば十五夜、秋分の日などいろいろな行事がありますが、なんといっても忘れてはいけないのが「敬老の日」！

2002年までは毎年9月15日でしたが、ハッピーマンデー制度で9月の第3月曜日に変更されました。

「多年にわたり社会に尽くしてきた老人を敬愛し長寿を祝う日」と法律で定められており、各地で敬老会が開催されます。

また、神栖市では敬老会とは別に、毎年9月に敬老祝金の支給があるのですよ。



心理テスト

Q あなたは紅茶が飲みたくなりました。どの紅茶を飲みますか？

- ①自販機の紅茶
- ②ティーバッグの紅茶
- ③こだわりのあるブランド紅茶



A あなたがどんな恋人を欲しているのかがわかります。

- ①難しいことを考えず、ドライな関係でその時を楽しみたいようです。
- ②自分のことを好きでいてくれる人を求めているようです。
- ③一生添い遂げるような愛情深い関係を求めています。

(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

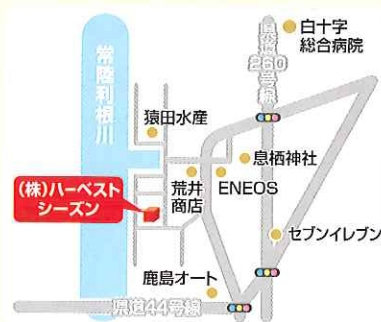
営業時間 窓口営業は通常 8時～17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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11月発行予定。お楽しみに～♪

7月の古い7月1日(日)〜31日(火) 1月生まれ…有言実行。不平不満より、まずは行動で見せること。 2月生まれ…調子に乗りやすい時。雰囲気盛りを盛りにしないように。 3月生まれ…運気アップには、抹茶のスイーツ。やる気を出す。 4月生まれ…物事が停滞しそう。焦らずに、別の角度から考えて。 5月生まれ…七夕に少しお茶目な願いごとを書いてみて。叶うかも。 6月生まれ…ヘアケアに注意して。美しい髪と運気と魅力。 7月生まれ…キビキビ動くこと。結果を求めるならまずは行動で。 8月生まれ…周りが頼りやすい時かも。最善の結果で応えて。 9月生まれ…何でも基礎作りが肝心。今は、土台作りを重視しよう。 10月生まれ…治療やケアを続け、体調を整えて。体調を整えて。 11月生まれ…運動量を増やそう。 12月生まれ…健康と笑顔で迎える。

ハーベストシーズンが
お送りする

第42号



そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■海や山が恋しい季節になりましたね。

暑いのは苦手、ハーベストシーズンの根本です。

更年期障害による睡眠障害はまだ継続中で、暑い時期は特に体力を奪われてツライ…(泣)。いつの日にかは避暑地に逃亡しちゃおう。



圧巻の千本鳥居

■知人が京都の伏見稲荷大社に鳥居を奉納したと聞きつけ、いざ京都へ！せっかく京都へ行ったなら、ゆっくり観光したかったけれど、時間に余裕がなく断念しました。

■伏見稲荷大社といえば、有名な千本鳥居。敷地は稲荷山全体で約

26万坪もあるそうで、その山の斜面(参道)に約1万基もの鳥居が奉納されているそうです。つまり、鳥居だらけ。願いごとが「通る」「通った」という御礼の意味から、江戸時代以降に鳥居を奉納する習慣が広がったとか。

■鳥居をくぐりながら、坂道、階段を延々と登ることおよそ45分。やっと知人の鳥居を発見した時には汗まみれで、京都のお土産は「筋肉痛」となりました(笑)。

■私もいつか伏見稲荷大社に鳥居を奉納できる日がくるでしょうか。でもその前に息栖神社と鹿島神宮へ酒樽を奉納するのが先ですね。



代表取締役 根本栄子

インフォメーション

職員親睦会を行ないました

■5月に開催された「花見会」という名の職員親睦会。桜はとくに散っていても「花見会」です(笑)。

会では、1年間無遅刻、無欠勤の皆勤賞で2名の職員が表彰され、ギフト券が授与されました。



その他にも、碧の風で育ち、「国家試験は初めて」という職員2名が、介護の国家資格である介護福祉士に合格したので、こちらの表彰も行なわれました。

これにより、訪問介護碧の風は訪問介護員総勢15名のうち、10名が介護福祉士となりました！

これからは、今まで以上により細やかなサービスをお届けできると思います。どうぞご期待ください♪



3月生まれ…運気アップには、抹茶のスイーツ。やる気を出す。 4月生まれ…物事が停滞しそう。焦らずに、別の角度から考えて。 5月生まれ…七夕に少しお茶目な願いごとを書いてみて。叶うかも。 6月生まれ…ヘアケアに注意して。美しい髪と運気と魅力。 7月生まれ…キビキビ動くこと。結果を求めるならまずは行動で。 8月生まれ…周りが頼りやすい時かも。最善の結果で応えて。 9月生まれ…何でも基礎作りが肝心。今は、土台作りを重視しよう。 10月生まれ…治療やケアを続け、体調を整えて。体調を整えて。 11月生まれ…運動量を増やそう。 12月生まれ…健康と笑顔で迎える。

スタッフから一言



デイサービス碧の郷
調理補助

小瀧 愛子 Aiko Kotaki

私が初めてそよ風新聞に登場してから1年が経過しました。孫に撮ってもらった写真ですが、1年前と見比べてガッカリ(泣)。修正のしようがない結果に落ち込みMAXです。こうして毎年老けていくのでしょうか…。



デイサービス碧の郷
介護職員

大貫 美穂 Miho Onuki

歩きたい!私42歳。歩くことが大好きだったことに、今さらながら気がつきました。歩き終えた後の爽快感が、たまらない♡
もっと身体を鍛えて、山登りに挑戦したい今日この頃です。



訪問介護碧の風
訪問介護員

新井 理恵子 Rieko Arai

5月のGWに実家の三重に帰省しました。家族とバーベキュー、友達と楽しいお喋り、再開された名古屋駅周辺を歩いてみたりと満喫♪
おかげで充電満タム! 仕事に子育て、パワー全開頑張ります♡



訪問介護碧の風
訪問介護員

立原 由香 Yuka Tachihara

暑くなりましたね。皆さま夏バテは大丈夫でしょうか。もうすぐ子供が夏休みに突入!うるさくて暑さが倍増しそうです。さて、今年の夏の目標は子供と一緒に泳げるようになること!家族全員カナヅチです(苦笑)。

季節の豆知識

♡うなぎだけじゃない!?土用丑の日の食べもの

土用の丑の日といえば「うなぎ」ですが、もうひとつ欠かせないものが「しじみ」です。昔から「土用しじみは腹ぐすり」といわれ、体に良く肝機能を高めることでも知られています。しじみの旬は夏と冬、特に夏のしじみは産卵前で旨味が詰まっています。肝臓に良いビタミンB、アンモニアの解毒作用を持つオルニチン、疲労回復の効果があるタウリンなども多く含んでいるのですよ。
しじみを食べて夏を乗り切りましょう。



心理テスト

Q あなたは就職の面接に来ています。
緊張のためか、トイレに行きたくなりました。
トイレのドアは何色ですか?

- ①青色
- ②黄色
- ③白色



A これで、「今のあなたの気力」がわかります。

- ①心身ともにエネルギーが充実。このまま前向きに。
- ②充実の活動をしてるようで実は限界ギリギリ。少し休んで。
- ③現実に疲れを感じているようです。生活を見直してみ。

(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

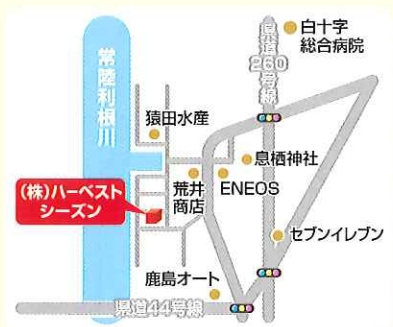
営業時間 窓口営業は通常8時~17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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9月発行予定。お楽しみに~♪

第41号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



代表取締役 根本栄子

インフォメーション

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た。
運動とは無縁だった私。健康のために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

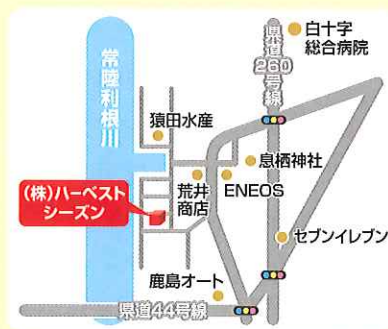
営業時間 窓口営業は通常 8時～17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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～♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第40号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■日増しに春めいていく時分を迎えましたが、今年の冬は例年と比べ極寒でしたよね。

インフルエンザの大流行も身の回りに迫り、訪問介護やデイサービスでスタッフのお休みが相次ぎ、危機的状況にも…それでも職員が一致団結し、何とか乗り越えることができました。皆さまのお宅ではいかがでしたか。



千葉県佐原の観福寺。

■根本家に4人目の孫、ちっちゃん天使が誕生しました♡初めての女の子です。

この春、1番上の孫は中学3年生で受験生。真ん中は小学1年

生、ランドセル高かったなあ…。3番目は保育園の年少さんになります。孫が増えて嬉しい半面、毎年増えていくお年玉に悲鳴が(苦笑)。

■実は私、今年は八方塞がりの年回り。今まで気にしたことがなかったのに、今年は気になってしかたがなく、1月に佐原の観福寺というお寺で八方除けをしてきました。住職さんの説法の合間に、その観福寺にてNHKの大河ドラマの撮影があったと聞いて驚き(西郷どん)に夢中です!



代表取締役 根本栄子

インフォメーション

4月に介護報酬の改定が行なわれます

■今年4月の介護報酬の改定に伴い、弊社をご利用いただいている皆さまのご利用料金が変わります。

文書ならびに口頭にて通知させていただきますので、ご了承くださいませ。



■介護保険で利用できるヘルパーの生活援助。

買い物や掃除、調理などのサービスですが、利用するにあたりさまざまな条件が必要です。

厚労省が3年ごとに行う介護報酬改定の度に条件が厳しくなっており、条件に該当しないケースも出てくる可能性が…。サービスを利用されている方、これから利用を検討している方は、担当のケアマネジャーさんと良く相談してくださいね!



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♡



ディサービス碧の郷
看護師

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 風の碧
訪問介護員

訪問介護員
青木 綾子 Ayako Aoki

青木 綾子 Aoki
 少しずつ暖くなってくると、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、昨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 風の碧
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
ト!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に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。



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

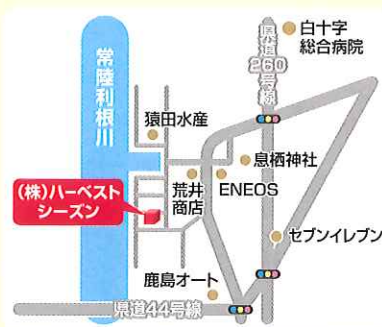
営業時間 窓口営業は通常 8 時～ 17 時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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

URL <http://harvestseason.jp/>



次号は2018年5月発行予定。お楽しみに〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第39号



そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■明けましておめでとうございます。

皆さまには、健やかに新春を迎えられたこととお慶び申し上げます。また、日頃から温かいご支援ご協力を賜り、心からお礼申し上げます。本年も社員一同一丸となりサービス向上に尽力して参ります。

2018年もよろしくお願い申し上げます。



■一年の計は元旦にあり!といいますが、皆さまは新年を迎え、今年の抱負や目標を立てましたか?

実は、新年に立てた抱負や目標の92%は、なんと失敗に終わるといふデータがあるそうです(汗)。

「今年こそダイエット!」「今年こそ貯金する!」…身に覚えのある人も多いのでは?(笑)

■そういう私も2017年の新年には、抱負を語り、目標を立て、そよ風新聞やブログで大々的に公表し…恥ずかしくて言えない(苦笑)。そこで、今年は「やらない(しない)」宣言をします!

- ①毎晩は晩酌しない。
- ②通販での衝動買いをしない。
- ③布団の中で寝ながらスマホをやる。

以上、3つのやらない(しない)宣言です。実現できるよう頑張ります!



代表取締役 根本栄子

インフォメーション

インスタ始めました♪

■昨年からInstagramを始めました♪インスタしている方は、【**デイサービス碧の郷**】でレッツ検索♡
大石光のシャキッと体操、動画も時々アップしてますよ～♪

【harvestseason00】でも検索



■弊社の地域活動ハーベストクラブ

- ・息栖区民館での体操教室(無料)
 - ・毎月第2土曜日の息栖神社そうじボランティア(雨天中止)
- どちらも絶賛参加者募集中です☆
詳細は担当原田(77-8691)までお問い合わせください!



息栖神社そうじ隊



体操教室

スタッフから一言



ハーベストシーズン
本部事務員

山本 綾子 Ayako Yamamoto

私にはテニス少年団に所属している娘が2人います☆試合会場へ送る際、自分の運転で車に酔い…試合を見ては興奮して手足が硬直(汗)。娘達もあきれ顔(苦笑)。今年はもう少し頼れる母になれるように〜♡



デイサービス碧の郷
看護師

宮川 恵美子 Emiko Miyakawa

あけましておめでとうございます。昨年秋から家庭菜園を始めました！自分で育てた野菜を食べるのが楽しみ♡収穫した野菜をモリモリ食べて免疫力アップ♪今年の冬も風邪をひかないように頑張ります。



訪問介護碧の風
介護福祉士 訪問介護員

阿部 裕子 Yuko Abe

悪夢にうなされ夜中に何度も起きてしまう今日この頃…疲れのせいなのか、微妙なお年頃なので更年期なのか。年を重ねることを止めることはできずとも、加齢に負けず気持ちだけは若くありたいものです(笑)。



訪問介護碧の風
介護福祉士 訪問介護員

荒野 貴子 Takako Arano

我が家の犬は年明け早々17歳になります。名前はプリン、雑種のおばあちゃんです。人間だと80歳越え？いやいや90歳越え？高齢になったプリンですが、介護とは無縁。20歳まであと3年！長生きしてねプリン♡

季節の豆知識

♥天気予報で聞く「冬日」と「真冬日」の違いとは？

1月下旬の大寒の頃から2月上旬の立春の頃には、例年寒さのピークを迎えますよね。毎日の天気予報でよく耳にする「冬日」と「真冬日」の違いをご存知ですか？

最低気温が0℃未満の日が「冬日」。1日の最高気温が0℃未満の日が「真冬日」。

真冬日は北海道で多く、東京の真冬日は1876年の観測開始から4回で、1967年2月12日以降は観測されていないとか。何気に聞いている天気予報、ちょっと意識して聞いてみてくださいね。



心理テスト

Q あなたが砂浜を歩いていると、誰かの落し物が落ちていました。次のうちのどれでしょう？

- ①写真
- ②箱
- ③手紙



A 落し物で、あなたの心に残っている異性がわかります。

- ①写真を選んだあなたの心には昔の恋人が残っています。
- ②箱を選んだあなたの心に残っているのは、初恋の人です。
- ③手紙を選んだあなたは、憧れの人が心に残っています。

(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

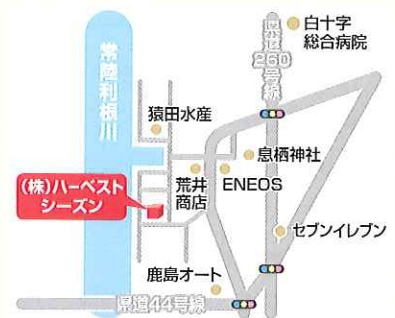
営業時間 窓口営業は通常 8時～17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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3月発行予定。お楽しみに〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第38号



そよ風新聞



発行：(株) ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

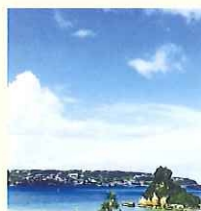
■秋も深まり木枯らし吹く時分。皆さまいかがお過ごしでしょうか。ハーベストシーズンの根本です☆
今年も残すところ2ヶ月余り。加齢と共に月日の経つのが、より一層早く感じるようになったかも(苦笑)。

■夏の終わり頃から、肋間神経痛で薬が手放せず…更年期障害と重なり最悪です(泣)。服薬と整体通いの日々に加えて温泉三昧と行きたいところですが、なかなかそうはいかない現実、いつまで続くの～更年期!



幸せの招待状♪

■辛い毎日に嬉しいお知らせもありました♪次男坊が今年3月に結婚、来年には4人目の孫が誕生します。結



婚式は沖縄で! 沖縄は初めての私。マリンブルーの海に大感動! 「また」と「今度」にはなかなかお目にかかれませんが、「今度」沖縄に行けるとしたら離島へ行ってみたい♡

■そよ風新聞は今号を持ちまして、今年最後の発刊となりました。年末のご挨拶には少々早いですが、今年も一年、皆様方にはご支援いただき、ありがとうございました。

来年も笑顔でお会いできることを楽しみにしております。それでは良いお年を☆



代表取締役 根本栄子

インフォメーション

救急救命研修会を開催しました!

■去る10月2日、神栖消防署の皆さまにおいでいただき、「心配蘇生法」「AEDの使い方」「止血法」「異物除去の実技」についての研修会を開催いたしました!



実際に人形を使つての実技

パート職員を含め大勢のスタッフが参加。1時間にわたり講義を交えた実技形式で行なわれ、とても良い経験となりました。

■事故やケガは起きないことが一番ですが、万が一に備え、日頃から備えは必要です。今回の研修で心構えを持つことができ、いざという時にはきっと役立つことでしょうね☆



多数スタッフが参加

スタッフから一言



ケアプラン 碧の空
介護支援専門員

川崎 裕子 Yuko Kawasaki

毎年恒例の国際福祉機器展にて、ベッパ君(ロボット)に遭遇。にこやかに話しかけるも3回ともスルー(汗)。通りすがりのお姉さまの声掛けにパツと顔を上げたベッパ君(なぜ?)おかげで記念写真はパツチリ!



訪問介護 碧の風
介護福祉士

平野 恵 Megumi Hirano

ゴルフのコースデビューを目指して親子で練習を始めました!なんとコーチは数年前に定年退職した母です!「あ〜忙しい」「あ〜疲れた」が口癖の母(苦笑)。私達のためにもう一役頑張っね母上♥



訪問介護 碧の風
介護福祉士 訪問介護員

齋藤 きづ子 Kizuko Saito

最近置き忘れやしまい忘れなど、いろいろとできています(汗)。そんな私もスマホデビュー!毎日必死でなんとか会社のLINEにも慣れてきました。時代の変化に置いてきぼりにならないように頑張ります!



訪問介護 碧の風
介護福祉士 訪問介護員

新井 良子 Ryoko Arai

1年前に「このままじゃアカン」とダイエットに目覚め、13キロの減量に成功!すごいでしょ?しかし…見た目変わらずなのはなぜ?(泣)引き続きダイエット継続、甘い誘惑なんかには負けないぞ〜!

季節の豆知識

♥ご存知ですか?七五三の意味と由来

七五三はそれぞれに意味を持っています。

元々は独立した儀式で、3歳は男女とも髪を伸ばし始める髪置(かみおき)の儀、5歳は男の衣服である袴を着る袴着(はかまぎ)の儀、7歳は女の子の着物の装い始めの帯解(おびとき)の儀。これらの儀式が合わさったのが今の七五三です。

発育していく上で病気にもなりやすく、さまざまな危険を伴う時期でもあるので、氏神様に子供の健やかな成長を願うしきたりとなりました。



心理テスト

Q あなたは電話をする時、電話を持っていない方の手をどうしていますか?

- ①何か持っている
- ②ポケットに入れている
- ③よくわからない



A この質問で、あなたの無防備度がわかります。

- ①何かを持っている人は警戒心があり無防備度は40%。
- ②ポケットに手は本性を隠して、無防備度は10%。
- ③あまり警戒していないようです。無防備度は80%。

(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

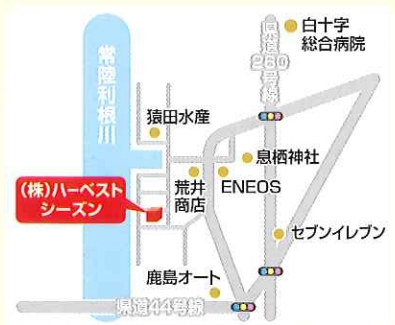
営業時間 窓口営業は通常8時~17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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1月発行予定。お楽しみに~♪

スタッフから一言



訪問介護碧の風
介護福祉士

大津 久美子 Kumiko Otsu

夏休みも終わり、中学3年生の次女はいよいよ高校受験の体制に！頑張っているはずと思いきや、時々部屋を覗いてみると机に向かってはいるものの…のん気な娘にハッパかけないといけません(泣)。



訪問介護碧の風
訪問介護員

小山 千代美 Chiyomi Oyama

数年前からカーブス(健康体操教室)に通っています！でも痩せられない…時々サボるからかな(苦笑)。肥満は生活習慣の元、まだまだ元気に暮らしたいっ！今年いっぱい何キロ痩せられるか、いざ勝負！



デイサービス碧の郷
介護福祉士 介護員

大曾根 洋介 Yosuke Osone

姪っ子2人と遊ぶのが楽しみ癒してすゝでも体力がもたないっ(泣)。そこで、体力作りのために筋トレに日々励んでいます！でも姪っ子達にも体力がついて、パワーアップするんだらうな…。



デイサービス碧の郷
介護職員

千葉 彰也 Shoya Chiba

介護の道に足を踏み入れ4ヶ月、碧の郷のマスコットの存在？千葉です♡ポケモンGOにはまっていて、神之池公園内をポケモン集めに行ったり来たり。ウォーキング中の社長と遭遇したらどうしましょう(汗)。

季節の豆知識

♡今が旬♪美味しい茄子の秘密

茄子は秋になると皮が柔らかく、実が締まっていつそう美味しくなりますよね。美味しいだけでなく、茄子の紫色の成分には眼精疲労をやわらげる効果があるのをご存知ですか？さらに、がん予防やコレステロール値を下げ、動脈硬化の予防にも効果があります。

また、アクの成分はポリフェノールの一種で、細胞の老化を抑制、美容にも良いので、ポリフェノールが流出し過ぎないように、アク抜きは短時間に抑えましょう。



心理テスト

④ 次の3種類の料理を見て、イメージに合う異性を思い浮かべてください。有名人でも身近な人でもかまいません。

- ① フランス料理
- ② 懐石料理
- ③ 中華料理



④ 思い浮かべた人物との理想的な関係がわかります。

- ① 理想の結婚相手。多彩なフランス料理は人生を表します。
- ② 理想の恋人。あまり食べる機会がない憧れがあります。
- ③ 理想の友人。気兼ねなく話せる人を象徴しています。

(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

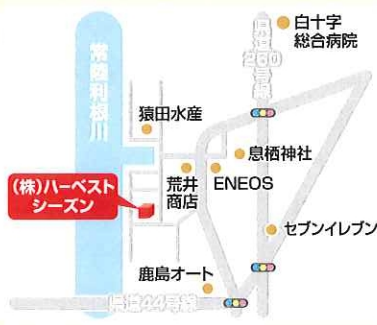
営業時間 窓口営業は通常 8時～17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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2017年11月発行予定。お楽しみに～♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第36号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■ ささの葉サラサラ～、のきばにゆれる、お星さまきらきら、きんぎん砂子(すなご)～♪皆さま、いかががお過ごしでしょうか。ハーベストシーズンの根本です。

蒔絵(まきえ)やふすまに使われている、金箔や銀箔などを細かくした粉を砂子(すなご)というそうです。



伊香保のシンボル「石段」

■私は6月生まれなので、誕生日祝いにと姉が温泉旅行をプレゼントしてくれました♪立ち寄っただけで宿泊したことなかった、石段で有名な伊香保温泉へ～♫

あいにくの雨でしたが365段

の石段を軽やかに登りきりました。日頃、神之池公園を歩いている私は筋肉痛もなし！(神之池公園ウォーキングについてはケアマネ社長のブログを参照してね)石段の後は黄金の湯に癒され幸せな時間を過ごしました。

■自分が年齢を重ねるということは、孫も成長しているわけで、今年は孫の1人が保育園の年長さんになり、2人で出かけることが多くなりました。

5月には2人で東京は品川にある「しながわ水族館」へ行ってきました。

高速バスに乗り、電車に乗り、水族館の無料送迎バスに乗って。

今度はどこへ連れていこうかな♪



代表取締役 根本栄子

インフォメーション

月に1度の「パックの日」でお肌ツヤツヤ

■おかげさまで大人気のデイサービス碧の郷。



美人製造中♪

定期的に継続しているイベントの他に、毎月次々と新たなイベントを企画、開催してご好評いただいています♪

今回ご紹介したいのは、その名も「バックの日」(笑)。



最初は遠慮がちだった利用者さんも試してみるとその効果に大満足！
大好評のイベントとなりました。パックの種類も

コラーゲンパックにプラセンタパック、他にもいろいろ揃っていて好きなものを選べます。

毎月30日は「パックの日」!

お肌に潤いをあげましょう♡



スタッフから一言



デイサービス碧の郷
介護員 介護福祉士

小山 美紀 Miki Koyama

今年は自宅の畑を耕して、夏野菜を育てています。トマトにキュウリ、ナスなど、定番の夏野菜達。収穫が楽しみ♡畑作業でいっぱい体を動かしてお腹を空かせ、いっぱい食べて大きくなりま〜す(笑)。



デイサービス碧の郷
介護職員

大庭 啓誉 Hironori Oba

夏、夏、夏…苦手な夏がやって来ました…。私の夏の過ごし方は、小説を片手にカフェで長時間涼む一方、5万人収容のスタジアムでスポーツ観戦なんてことも。さて、今年の夏はどうなる!?



訪問介護碧の風
介護福祉士
サービス提供責任者

齊藤 富士子 Fujiko Saito

2人の娘と年に1回の旅行に行くのが楽しみです。娘達の足手まといにならないように足腰の筋肉を鍛えておかないと…。若々しい母でいるよう努力するから、娘達よ!これからも置いてきぼりにしないでね〜。



訪問介護碧の風かとり
訪問介護員

星野 真弓 Mayumi Hoshino

昨年、宮古島に行ってきました!なんと10年ぶりの水着を着ちゃいました♡しかもビキニ(汗)。宮古ブルーの海、美味しい料理に居酒屋ライフ!く〜っ、クセになるう。また行きたいさあ〜!!

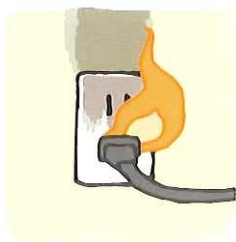
季節の豆知識

♥火事の原因トラッキング現象とは?

コンセントに差しっぱなしの家電製品のプラグはありませんか?長い間差したままにしておくと、コンセントとプラグの隙間に埃がたまり、そこに湿気が加わるとショート(放電)して発火の危険が!この現象をトラッキング現象といいます(汗)。

このトラッキング現象が原因で起きた火事も多発しています。

時々プラグを抜いて埃や水気を拭き取り、火事の危険をシャットアウトしましょう!



心理テスト

Q 夢の中で歩いていると、目の前にぬいぐるみを持った小さな女の子が現れました。

そのぬいぐるみは何ですか?

- ①ウサギ
- ②クマ
- ③イヌ



A あなたが求めている「癒し」がわかります。

- ①他人のお世話をすることで、自分も癒される人です。
- ②クマを選んだあなたは、守られることに癒しを感じます。
- ③イヌを選んだ人は、他人から尽くされると癒しを感じるようです。

(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

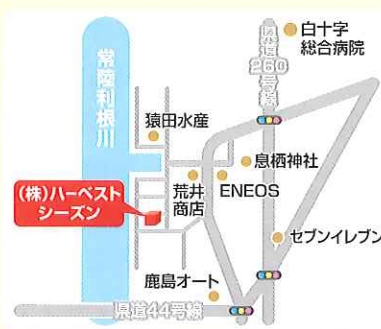
営業時間 窓口営業は通常 8時~17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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2017年9月発行予定。お楽しみに〜♪

第35号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■「ケアマネ社長のブログ」にも書きましたが、実は私…



昨年末に受けた人間ドッグで、
中大動脈閉塞疑いと腹膜腫瘍
疑いと診断され、今年に入っ
てから、病院通いをしておりま
す(泣)。幸いにも大事なく経
過中なので、焦りや不安はあり
ませ〜ん♪

■病院通いで腫瘍マーカーの検査や、脳の3D—CTA検査（脳の血管造影）、そして電話診察までも初体験！電話診察とは、直接医師から検査の結果を電話で聞けるという優れモノ。検査の結果だけ聞くために病院へ行く手間がかからないので超楽☆もちろん、結果に問題があれば受診することにはなりますが…私達の地域でも取り入れてくれる病院があれば助かりますよね☆

■「ケアマネ社長のブログ」、不定期ですが気まぐれにアップしています(苦笑)皆さま、パソコンやスマホでレッツ検索!LINE登録もできます♡良かったら登録してくださいね♪



代表取締役 根本栄子

インフォメーション

■前号でお知らせしていた訪問介護の保険外(自費)サービスの名称は、「ハーベストスマイル家事代行」に決定しました。

スタッフから公募して、
採用者には賞金の授
与がありました♡



ソフトの乗り換えで利用者さんへ交付する書類や請求書等の書式が変わったことと、ケアプランが事業所さんへ交付する提供表等も若干変わります。

最初は戸惑われる事もある
かもしれませんが、ご周知の
程よろしくお願いします。



スタッフから一言



訪問介護碧の風
管理者 介護福祉士

角田 陽子 Youko Kakuta

老化現象でしょうか。以前に増して
良くつまづきます(泣)。
そこで、足腰強化大作戦!嫌がる娘
を巻き込み、ストレッチや縄跳びに
励んでいます!軽運動はストレス解
消になり、身も心もスッキリです♥



訪問介護碧の風
訪問介護員

橋本 末美 Suemi Hashimoto

キャンパー仕様のマイカーで連休に
福島、山形の秘湯へ行ってきました。
山の雪も溶けて新緑の中、マイナ
スイオンを浴びながら入る露天風呂
は気分も最高!
次はどこの温泉へいこうかな。



訪問介護碧の風かとり
訪問介護員 介護福祉士

大網 文子 Tsuyako Oami

先日、地元の神楽に次男が友達と行
き、何ともめでたいことに、立派な鯛
を持って帰ってきました!
建前の餅投げのように鯛が飛んで
来たとか(笑)。もちろん、美味しくい
たきました。ごちそうさま♥



デイサービス碧の郷
介護職員 介護福祉士

赤塚 政巳 Masami Akatsuka

車の運転が大好き、ドライブが趣
味の赤塚です!行き先は嫁の指定
先だったり、アテもなかったひたす
らに走ったり。車を走らせ心身共に
リフレッシュ!まさに究極のスト
レス解消法で〜す。

季節の豆知識

♥鯉のぼりの由来とは?

5月5日はこどもの日。街のあちこちで元気に空を泳ぐ鯉の
ぼりが見られますよね。

鯉のぼりとは、「鯉+のぼり」の2つの意味が合わさったも
の。中国の「滝を登りきった鯉が、天に昇って龍になる」とい
う言い伝えと、江戸時代の風習が組み合わさって生まれたも
のと言われています。

吹き流しが5色なのは、子供に魔が忍
び寄っても、「万物を成す5つの元素」
が邪気を祓ってくれると信じられてい
たためだそうですよ。



心理テスト

Q あなたのピンチに魔法使いが現れ、何が起ころかわから
ない飲み物をくれました。どうしますか?

- ① 一気に飲む
- ② 少しずつ飲む
- ③ 飲まない



A あなたの運命の受け入れ方がわかります。

- ① チャレンジ精神が旺盛。前向きに人生を歩みます。
- ② 優柔不断で慎重になりすぎる傾向があるかも。
- ③ 面倒事から逃げてしまいがちなので、もっとチャレンジし
てみましょう。

(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

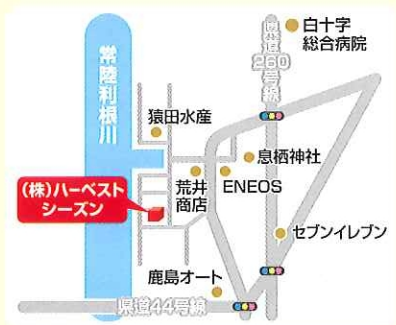
営業時間 窓口営業は通常 8時~17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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2017年7月発行予定。お楽しみに~♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第34号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■順調に春に向かいつつあるなと思ったら、突然真冬に逆戻り。昼はポカポカ、今日は薄手のカーディガンと思ったら、春の風に遭遇、雨風にやられる!...と、こんな経験ありませんか。このような現象を「三寒四温」というそうですよ。少し、前置きが長くなりました。ハーベストシーズンの根本です。

■昨年暮れに受けた人間ドッグで肝脂肪が消失したとのことでした。規則正しい生活を心がけ、ソラの散歩(運動)の効果でしょうか☆

■毎年行なわれているケアマネ

ジャーの試験。今年は20回目を迎えますが、昨年行なわれた試験では合格率が全国平均で13.1%!茨城県の平均では、ナント11.5%という超難関です(汗)。ケアマネジャーになるには試験に合格した後、実務研修が必修です。平成28年度より研修体系が変わり、合計13日間+実習3日程度。超、厳しい~(泣)。私の時は5日間程度だった気が...

■狭き門をくぐり、3月末から4月初旬にかけて怒涛の研修を終えるケアマネのたまご達☆晴れてケアマネデビューする日も間近です。共に頑張っていきましょうね♪



代表取締役 根本栄子

インフォメーション

訪問介護の保険外サービス名
がもうすぐ決まります♪

■現在、訪問介護の保険外(自費)サービスの名称を社内公募しています!

採用されたら賞金1万円♥発表はまだですが、そのうち皆さまにお知らせできると思い



ます。お楽しみに☆

■デイサービス碧の郷では、利用者さまに皆勤賞を設けております。これまでは4ヶ月ごとの区切りでしたが、本年より1月から6月末までと、7月から12月末までの半年間ごとの区切りに変更させていただきました。皆さま頑張って皆勤賞をゲットしてくださいね♥



スタッフから一言



ケアプラン碧の空
訪問介護員

立原 由香 Yuka Tachihara

寝酒のつもりが深い酒になってしまいう立原です(汗)。碧の風の一員になって早1年！利用者さまに覚えてもらえて嬉しい♡そんな私ですが、4月から息子が小学生に！朝早いので、深酒には気をつけないと…。



ケアプラン碧の空
介護支援専門員

原田 敏秀 Toshihide Harada

愛娘が1歳になりました。離乳食を美味しく食べている姿がたまらなくキュート♡今年の夏は娘と一緒に海に出かけ、パパ(おやじ)のカッコイイ波乗り姿？を見せてあげたいと思っています♪



ケアプラン碧の風
介護支援専門員

根本 正美 Masami Nemoto

最近息子の弁当作りにハマっています！長男は野球部に食欲旺盛。以前自分が使っていた弁当箱に大盛りで作ります！次男と三男は月イチで保育園の愛情弁当の日☆試行錯誤、キャラ弁もお手のもの？



デイサービス碧の郷
調理補助員

小籠 愛子 Aiko Kotaki

正月を迎えたと思ったら、もう3月ですね(汗)。毎年、節分で鬼役をとめる孫も4月から中学生！鬼役も今年で卒業か…孫が成長する喜びの反面、自分が加齢していくのですよね。やれやれ…。

季節の豆知識

ご存知ですか？アーモンドの秘密♡

ナッツ類はカロリーが高く、体に良くないのでは？と思っていませんか？アーモンドに含まれるオレイン酸はコレステロールを減らしてくれるはたらきがあります。

また、ビタミンEも豊富に含まれていて、体の酸化を防いでくれます。食物繊維の成分は腸内環境を整えてくれ、便秘の解消にも役立つそうですよ！

食べ過ぎはNGですが、生活習慣病の予防にもなるアーモンドを、毎日の食生活にぜひ取り入りたいものですね♡



心理テスト

Q 好きな腕時計を100万円分もらえたとしたら、あなたはどれを選びますか？

- ① 高い時計を1つ
- ② ペアウォッチ
- ③ いろいろたくさん



A この質問で、あなたの純愛度が解ります。

- ① 1つだけ選んだあなたの純愛度は90%です。
- ② 思いやりがあるあなたですが、いざという時に身を引いてしまうことも。純愛度は50%
- ③ たくさん選んだあなたは気が多いかも。純愛度は20%

(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2017年5月発行予定。お楽しみに～♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第33号



そよ風新聞



発行：(株) ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■明けましておめでとうございます。ハーベストシーズンの根本です。今年もハーベストシーズンはオリジナルのサービスを創造、提供していきたいと考えております。変わらぬお付き合いのほどよろしくお願いいたします。

■ハーベストシーズンの今年の方針！

- ①お客様満足度強化(相談苦情対応力強化)、②オリジナルサービスの創造、提供(保険外サービス拡大)、
③地域活動拡大(息栖区民館での健康体操教室開催、息栖神社おそうじボランティア)、④職員教育システムバージョンアップ、スタッフ教育方針の浸透、⑤福利厚生充実、⑥メンタルヘルス対策



■自分の今年の目標！

①週に2日は休む！職員は公休月9日+有給を取得。私は月4日程度しか休めていない。いや、休めない？週に2日休んでも月に8日の計算。

②巻き爪を治す！両足の親指が巻き爪で、昨年夏から治療を始めています。

③自分を律する！自分に甘く他人に厳しいので(笑)。詳しくは…★毎朝5時に起床、新聞を読む。★毎月5冊自己啓発本を読む。★ケアプラン業務の帳票作成に遅れを出さない！★週に2日は休肝日を設ける(苦笑)。どこまで達成できるか…頑張ります！ 代表取締役 根本栄子



インフォメーション

【設備・サービスが充実！利用者様から好評です！】

■デイサービス碧の郷に車椅子体重計が導入されて半年近くが過ぎました。寝たきりの方も毎月体重を量ることができるようになり、利用者様の健康管理にとても役立っています！



■訪問介護碧の風が提供している「認知症ケア見守るくん」が大好評です！

毎日お宅を訪問して利用者様の安否を確認するサービスです。戸開け・戸閉め、ご本人の様子を写真メールするなど、利用者様ごとにカスタマイズできるため、使い勝手は抜群です。介護保険サービスの隙間を埋め、ご家族様やケアマネジャーさんのお悩みを解消！お問い合わせ、新規利用申し込み殺到中です♡



スタッフから一言



デイサービス碧の郷
管理者

根本 亜季 Aki Nemoto

私には子供が3人いて、自分の時間が取れないのが悩み。先日、弟の彼女がヨガ教室に誘ってくれました。日頃の運動不足で、腕も足もプルプルでしたけど(苦笑)。息抜きの時間を見つけてまた行きます。次回も楽しみ♪



訪問介護碧の風
訪問介護員

伊藤 由美子 Yumiko Ito

最近は神社にお参りに行くのが好きです。大きな柏手で「パーンパーン」。神様にたくさんのご利益をいただいたら、利用者様宅にお届けできるかな♡今年も健康で笑顔で絶やさず利用者様の元へ!



訪問介護碧の風
訪問介護員

新井 理恵子 Rieko Arai

明けましておめでとうございます! 訪問介護の仕事を始めて、いつも嬉しく思うことは、利用者様が笑顔で迎え入れてくださること♡ その笑顔に私のほうが癒され、元気をもらっています♪



デイサービス碧の郷
介護職員

大貫 美穂 Miho Onuki

何十年ぶりでしょう…先日、横浜中華街へ行き、肉まん作り体験にチャレンジ! ちょうどテレビの取材が来ていました。翌週のTV放送で、3秒くらい映っていた私を見かけませんでしたか? (笑)

季節の豆知識

みかんの白いスジの秘密♡

みかんの白いスジには「ヘスペリジン」という、ビタミンと同じような物質が含まれており、血圧の上昇を抑えたり、中性脂肪を分解する働きがあります。

また、スジや袋には、食物繊維が豊富に含まれているので、腸の中の水分を調節してくれます。つまり便秘にも良いってことですね♪

みかんを食べるときには、スジをとらずに袋ごと食べることをおすすめします。



心理テスト

Q 仕事先で、ライバル会社の担当がおしゃれなネクタイをしています。それはどんな模様ですか?

- ①ワンポイント
- ②縦縞
- ③派手な柄



A ライバル会社の担当はあなた自身。選んだ模様で自己主張度がわかります。

- ①…60% さりげない自己主張がポイントです。
- ②…30% 縁の下の力持ちタイプで、自己主張は控えめ。
- ③…90% インパクトを大切にするタイプです。

(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)

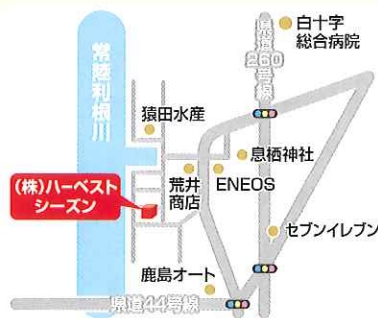
電話番号 ケアプラン碧の空 0299-77-8691
デイサービス碧の郷 0299-77-8692
訪問介護碧の風 0299-77-8697
訪問介護碧の風かとり 0478-79-6361

FAX 全社共通 0299-77-8694
碧の風かとり 0478-79-6362

URL <http://harvestseason.jp/>



2015年
10月1日
開設!



次号は2017年3月発行予定。お楽しみに~♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第32号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■今年も残すところ…そんな声が聞こえてきそうな時期になりました。ハーベストシーズンの根本です。「ケアマネ社長のブログ」、不定期ながらも更新しているので、どうぞ覗いてくださいね♥当社のホームページで、ケアマネ達が交代でアップしている「ケアマネ活動日誌」もあります。そっちも覗いてやってくださ〜い♪

■10月中旬頃から、夕日が綺麗な時期を迎えています。午後4時頃になると、ハーベストシーズンの玄関正面に太陽が位置し、常陸利根川の川面に映った夕陽が玄関正面まで一直線に伸びてきます。金色がかったオレンジ色の夕日は格別です☆



太陽が位置し、常陸利根川の川面に映った夕陽が玄関正面まで一直線に伸びてきます。金色がかったオレンジ色の夕日は格別です☆

夕日が沈んだ直後(残照)は、また何とも言いぬ味わいで、空を赤ともいぬ濃いオレンジ色に染め上げます。それはそれは素晴らしく感動もの！そして薄明かりが残る夕暮れ時(薄暮)は、川面が鏡のように光り、星もいくつか姿を現して、対岸を走る車のライトの往来に郷愁を感じます。



■今号が今年最後の発行となりました。今年も多くの出会いに恵まれ、「ご縁」に感謝しております。来年も多くの「笑顔」と出会いたい♥来年もよろしくお願いします！

(株)ハーベストシーズン 代表取締役 根本栄子

インフォメーション

【充実した雇用環境に職員のやる気アップ!?】

■当社の福利厚生が充実♪公休9日と有給休暇にの他に、リフレッシュ休暇制度が設けられました！資格取得制度、自己啓発支援制度、有料のメンタルチェック(費用会社持ち)に加え、エステ券までもらえちゃう♥さらに、「ゆ



りかご手当」という手当まで登場！元々、時間外で行われる社内研修皆勤者等の表彰もあり、職員懇親会が年3回、費用は全額会社持ち！

充実した福利厚生☆職員一同一丸となり頑張ればもっと良いことあるかな?ねっ、社長♥



スタッフから一言



訪問介護員の風
訪問介護員

二瓶 知恵子 Chieko Nihei

簡単にコーヒーが作れるマシンを
購入！早起きで、静かなコー
ヒータイムを楽しんでいます♪気
分スッキリ、子供達だけでなく夫に
も優しくなれるかも(笑)。リフレッ
シュしてお仕事頑張りま～す！



訪問介護員 風の碧の介護訪問
士福祉介護員 訪問介護

荒野 貴子

9月に健康スポーツ祭りでハッスルしてきました(笑)。子供や高齢者が楽しめるイベントで、私はパン食い競争に参加。パンはぶら下がって
おらず、机に並んだジャムパンを
ゲット！楽しい1日でした☆



ディサービス碧の郷
介護職員

多田 香織 Kaori Tada

多田 香織 tada
入社して3ヶ月!今のソラちゃん♥生
後7ヶ月。時々、我が家で預かるこ
とも…。利用者さんや職員に可愛が
られ、元気に育ってま〜す。今や立
派なセラピー犬!デイサービスの中
がゾッと明るくなりました♪



デイサービス碧の郷
調理担当

鵜澤 真佐代 Masayo Uzawa

碧の郷が開業した頃、ヨチヨチ歩き
だった孫も来年は小学生！月日の
経つのは早いなあとしみじみ感じ
る今日この頃です。孫の成長こそが
私の生きがい♪しか～し、ランドセ
ル高かったなあ～(泣)。

季節の豆知識

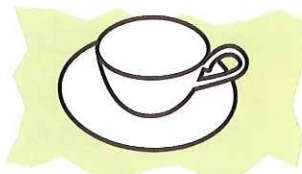
毎年11月の第3木曜日午前0時に販売が解禁されるボジョレーヌーボー。ボジョレーとは、フランスのブルゴーニュ地方のことです。そのボジョレー地区で作られる新酒、赤ワインのことをボジョレーヌーボーと呼びます。その年に収穫されたブドウで造られた新酒のため、ブドウが良質であるかを確認するためのワインでもあります。ちなみに輸入量第1位は日本で、なんと全生産量の約4分の1を占めています。

An illustration of a bottle of Bojoire Nouveau wine and two glasses of red wine. The bottle is dark with a red cap and a white label. To the right of the bottle are two glasses filled with red wine. In the foreground, there are clusters of purple grapes and green leaves.

心理テスト

Q 机の上の白いコーヒーカップに、飲み物ではなく別の物が入っていました。それは何でしたか？

- ①貝殻
- ②さくらんぼ
- ③カエル



A これで、あなたが手に入りたい棚ぼたアイテムがわかります。

- ①…アイテムは「お金」。貝殻はお金の象徴です。
- ②…アイテムは「恋人」。告白されたい、モテたいという願望が？
- ③…アイテムは「成績」。カエルは勉強や仕事の象徴です。

(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)

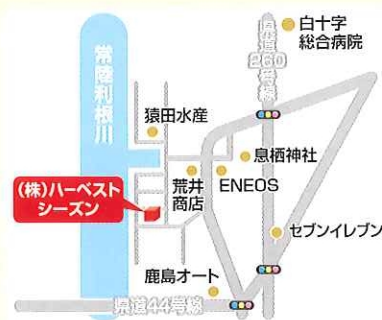
電話番号	ケアプラン碧の空	0299-77-8691
	デイサービス碧の郷	0299-77-8692
	訪問介護碧の風	0299-77-8697
	訪問介護碧の風かとり	0478-79-6361

FAX 全社共通 0299-77-8694
碧の風かとり 0478-79-6362

URL <http://harvestseason.jp/>



2015年
10月1日
開設！



次号は2017年1月発行予定。お楽しみに〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第31号

もも風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■残暑厳しい折、皆さま、いかがお過ごしでしょうか。「ケアマネ社長のブログ」、もう目を通していただけましたか？ ハーベストシーズンの根本です。

■梨やブドウに栗、新米やさつま芋、落花生など、収穫の秋を迎えますね♪ 余談ですが、社名の「ハーベスト」って、日本語で「収穫」を意味しているんですね。でも、社名に用いた「ハーベスト」では、「収穫」を「実り」と解釈して、「人生の実り」と考えて命名したものです。



皆で収穫できるかも！?

■収穫にちなみ、デイスサービス碧の郷の空き地を利用して、利用者さんの屋外訓練場を兼ねたブルーベリー栽培園を検討中！ 涼しくなっ



新しい仲間「そら」です♪ みに奥行きが広がります☆

■先日、ハーベストシーズンにワンちゃんがやってきました♪ アメリカンコッカースパニエルという犬種♥ デイルーム内で利用者さんの足元を走り回っています。「そら」と名付けました。ハーベストにお見えの際は、「そら」に一声かけてくださいね！

(株)ハーベストシーズン 代表取締役 根本栄子



インフォメーション

【日々進化しています】

■当社の地域活動、ハーベストクラブ主催の健康体操教室のご紹介です。息栖区民館にて、休憩を挟み2時間弱。毎月第2、第4木曜日の10時から開催中です。教室を始めて1年以上が経ち、ついにポイ



健康体操教室のメンバーでパチリ。

ントカードが満タンになり、豪華景品をゲットされた方がいらっやいます☆

■健康体操教室の他に、「息栖神社お掃除隊」も活動中！ 毎月第2土曜日10時から。随時参加者募集中♪

どちらも気軽にお問い合わせくださいね。

【お問い合わせ先】*担当:原田まで
0299-77-7003 または 0299-77-8691



元気で楽しい教室です。

スタッフから一言



訪問介護碧の風
訪問介護員

青木 綾子 Ayako Aoki

私には小学生の息子が2人います。動き回るのが大好きな子供達と、一緒に汗を流して体力作り！残暑厳しくとも、利用者さんに「爽やかな風」をお届けできるように頑張ります。



ケアプラン碧の空
ケアマネージャー

川崎 祐子 Yuuko Kawasaki

初めまして！縁あって6月から碧の空にお世話になっています。最近、思春期の娘達とテンポが合わず、置いてきぼりになることがしばしば…。寂しいっ！娘達よ、母も仲間に入れてくれ～(泣)。



ハーベストシーズン
事務員

小山田 早奈恵 Sanae Oyamada

ディズニーランドでミッキーに妊娠を当てられたことがあります。まだ妊娠5週目だったのにね(苦笑)。どなたかダイエット情報ください！瘦せたら新しい事務服買ってね、社長♥



ハーベストシーズン
事務員

山本 綾子 Ayako Yamamoto

6月からの勤務、2児の母です。子供が寝た後、一人でゆっくり韓流ドラマを見るのが密かな楽しみ♪「夢は大きく、態度は小さく！」をモットーに笑顔で頑張ります。見かけたら声をかけてくださいね☆

季節の豆知識

十五夜は旧暦8月15日のこと。新暦と旧暦とではズレがあるので、毎年十五夜の日が変わります。「新月」と呼ばれる月が出ない時から満月になるまでおよそ15日ほどかかるため、十五夜といわれるそうです。

空が澄んで、特に美しく晴れ渡る空が見えるのが9月中旬～10月上旬。この時期に出てくる満月を十五夜または中秋の名月といい、お月見の風習があります。



心理テスト

Q ストレスが原因で家出をした飼犬(オス)をようやく発見。さて、犬が家出中にしていたことは？

- A 元気よく走り回っていた
- B 一匹でぼんやりしていた
- C メスの犬と遊んでいた



A どんな時に浮気をしたくなるのかが分かります。

- A…仕事やプライベートが絶好調な時
- B…浮気願望はないが、理想の人が近寄ってきた時
- C…恋人への不信感が高まった時

(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)

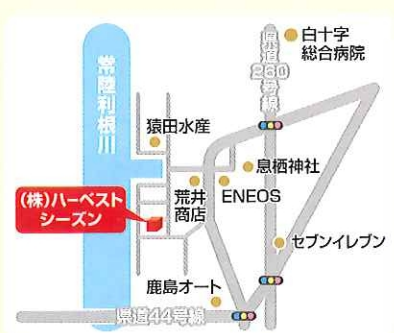
電話番号 ケアプラン碧の空 0299-77-8691
デイサービス碧の郷 0299-77-8692
訪問介護碧の風 0299-77-8697
訪問介護碧の風かとり 0478-79-6361

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11月初旬頃発行予定。お楽しみに～♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第30号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■梅雨明けが待ち遠しいこの時期、皆さまいかがお過ごしでしょうか。ハーベストシーズンの根本です。最近ブログを始めました♪ パソコンやスマホで「ケアマネ社長の日記」と検索すると見つけやすいので、ご覧になってくださいね♥(URL <http://blog.livedoor.jp/soratakaku77/>)

■去る5月1日、奈良の春日大社まで弾丸日帰りツアーを決行しました。朝5時30分、セントラルホテル発の高速バスで東京駅→新幹線で京都へ。京都駅からはレンタカーで奈良へGOGO。春日大社周辺に到着したのは正午前ぐらい。ちょうどメーデーで春日神社周辺はごった返し(汗)。大仏で有名な東大寺を見学した後、いざ春日大社



楽しい弾丸旅行の思い出♪



へ。春日大社には四神がいるそうで。そのうち二神は鹿島神宮と香取神宮から迎えて祀っているとい

うではありませんか！何だか親しみが湧きます。鹿島から神様が鹿を連れて行ったと聞き、さらに親近感が…あたりは鹿、人、鹿、人(苦笑)。帰路、奈良発午後4時過ぎ。家に着いたのは午後11時30分ぐらい。新幹線の中で飲んだビールが最高に美味かったです♥
(株)ハーベストシーズン 代表取締役 根本栄子



インフォメーション

【日々進化しています】

■この6月、ケアプラン碧の空にケアマネを1名増員しました！これを期に「訪問介護碧の風」は社屋離れに引っ越しました！今まで訪問介護の事務所だった場所はケアプランの事務所になりました。



新生「訪問介護碧の風」

■デイサービス碧の郷の送迎車両(計6台)すべてにドライブレコーダーを設置しました。事故が起きた際、事故の状況や事故の前後、周囲の状況を記録して、証拠材料として役立てます。利用者様により安心していただけるサービスを提供できるように、という思いからの設置です。近日中にもう1台増車予定です。



ドライブレコーダーを設置！

スタッフから一言



ディサービス碧の郷
介護職員

大石 光 Hikaru Oishi

私には1歳半になる甥っ子がいます。可愛い甥っ子に癒されている私ですが、まったく懐いてくれないっ(泣)。近寄ると全力で首を横に振り拒否(泣)。あ〜甥っ子に愛される日はいつ訪れるやら…。



ディサービス碧の郷
看護師

山本 晴菜 Haruna Yamamoto

2人の子持ち、4月から勤務している山本です☆ 出身地は千葉県香取市。3年間、出産と育児で仕事をしていたなかったのでブランクがありますが、利用者様が健康で安全に過ごせるように頑張ります♪



訪問介護碧の風
訪問介護員/介護福祉士

阿部 裕子 Yuuko Abe

反抗期真っ只中の息子。何を聞いても素っ気ない返事(泣)。私もそんな時があったなあ…。グレずに反抗期を乗り切ってくれば良いとするか。息子よ！母は寂しいぞお〜。



訪問介護碧の風
訪問介護員

宇地原 タケ子 Takeko Uchiyama

介護の仕事に携わり、今や20年越し！体にムチ打って(笑)、「今日より明日」をモットーに日々奮闘しています。体力の限界までこの仕事を続けていきたい☆ 切なる願いです。

健康豆知識

初夏から秋にかけて発生リスクが多くなる食中毒。中毒予防の3大原則は、「細菌をつけない・増やさない・やっつける！」。手や食品、調理器具や食器をよく洗って乾燥させましょう。

調理品の作り置きはできるだけ避け、再加熱する場合は中心が75℃で1分以上火を通すこと。カレー等の調理品は常温保存せず、ある程度冷ました後に、タッパーに入れて冷蔵保存しましょうね。



心理テスト

Q 明日は親友の誕生日。時計をプレゼントしようと思いましたが。どんな時計をプレゼントしますか？

A 目覚まし時計 B 砂時計 C 腕時計



A 今、あなたがどんな生活を望んでいるかが分かります。

A…今やるべきことをキッチリやろうと前向きに思っている。

B…のんびりと疲れを癒したいのと、ロマンチックなことを考え中。

C…いろんなことに熱中したい！妄想がいっぱい。

(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)

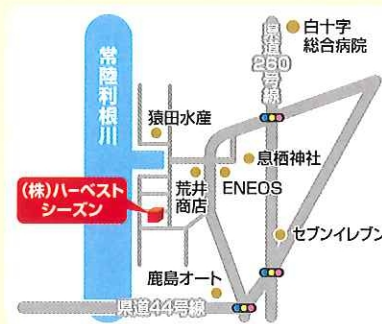
電話番号 ケアプラン碧の空 0299-77-8691
ディサービス碧の郷 0299-77-8692
訪問介護碧の風 0299-77-8697
訪問介護碧の風かとり 0478-79-6361

FAX 全社共通 0299-77-8694
碧の風かとり 0478-79-6362

URL <http://harvestseason.jp/>



2015年
10月1日
開設!



次号は9月初旬頃発行予定。お楽しみに~♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第29号



そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■風香る5月。皆さまいかがお過ごしでしょうか。ハーベストシーズンの根本です。5月発行、そよ風新聞29号のお届けです！「いらか〜の波と雲の波〜」小学生の時、バス遠足で歌ったなあ…なんて、40年以上前の情景が目に浮かびます(笑)。

■今年も例年通り、「ツバメ」がやってきました！去年から残っていた巣は4つ。4月初旬に何者かに壊され…(犯人はカラスか?)かろうじて半壊で残った巣が1つ。その巣



をツバメのつがいのリフォーム(笑)。例年通りでいけば他にも巣が増え、ヒナの鳴き声でにぎやかになることでしょう。



まだまだ若い桜の木。
これから楽しみです♪

■今年ハーベストシーズンの庭に桜の木(ソメイヨシノ)を2本植えました。植えたばかりにも関わらず、4月上旬には可愛い薄ピンクの花を咲かせてくれましたよ☆桜の成長は早いとのこと。数年後に見事に成長してハーベストの庭で花見ができることでしょう。なんとも楽し

みが広がりますね♪

(株)ハーベストシーズン 代表取締役
根本栄子



ここ、こだわってます

【新しいベッドを導入しました】

碧の郷の静養室(和室)には2台のベッドが設置してあります。1台目は開業時に設置したもので、シーホネン(株)の和夢シリーズ。その後、ベッドの需要が多く、折りたたみ式のベッド3台を導入(うち1台は電動タイプ)したものの、高さ調整ができず利用者様への負担、職員への負担が重く課題でした(泣)。この度導入したベッドはパラマウントの楽匠シリーズ。負担軽減に役立つこと間違いなし♪

※介護度の高い方が優先利用となります。



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

Q 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



A 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…ヒマな日が続く、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)

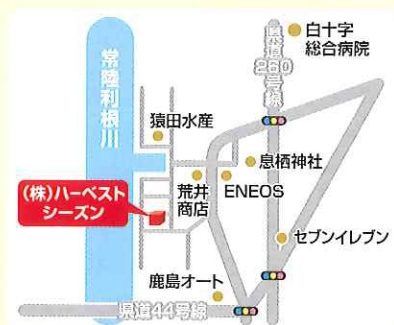
電話番号 ケアプラン碧の空 0299-77-8691
デイサービス碧の郷 0299-77-8692
訪問介護碧の風 0299-77-8697
訪問介護碧の風かとり 0478-79-6361

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〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第28号



そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■最近、そば茶にはまっていて、マイボトルを持ち歩くほど。ハーベストシーズンの根本です。

■3月4月は別れや出会いのシーズン。卒業式に入学式、入社式に歓送迎会など。何かと慌ただしくも、にぎやかな時期でもありますね。そして、3月といえばひな祭り。ひな祭りとは無縁の根本家ではありますが、いちばん上の孫が今年中学生になります。幼い頃親に叱られ、いじめていた子が今や頼もしい存在。子供の成長は早い。自分の成長

も？ いや、老化も早い(苦笑)。

■去る1月29日、神栖市のやすらぎ支援員養成講座の講師を務めさせていただきました。神栖市で

は毎年、やすらぎ支援員の養成講座を行なっていて、私は8年前から地域の認知症高齢者の実態について話しています。やすらぎ支援員とは、養成講座を修了した方が、かみやすらぎさん(ボランティア)として、認知症高齢者の自宅を複数名で訪問し、見守りや話し相手になるというもの。やすらぎさんに興味のある方は、神栖市地域支援課までお問い合わせを！ また、認知症について学びたいという方は(一般の方はもちろん、介護従業者の方でもOK)、根本まで相談ください。

(株)ハーベストシーズン 代表取締役
根本栄子



～共に寄り添い生きていく～

ここ、こだわってます

お手軽で安心の『手ぶら入浴』

今回ご紹介するのは当社のデイサービス碧の郷の手ぶら入浴。一般的には入浴用のバスタオルと浴用タオルを持参しなければなりませんが、碧の郷は手ぶら入浴(タオル類の持参なし)でOK。手持ち荷物が少なく済むことと、自宅でのお洗濯も少なく済み一石二鳥で～す♥

もちろんタオル類は消毒洗濯のあと、ガス乾燥機で高熱処理をしているので安心、清潔です！



ハーベストシーズンが
お送りする

第27号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。



DONのつぶやき

■ハーベストシーズンの根本です。新年を迎え、皆さまいかがお過ごしでしょうか。ハーベストシーズンはおかげさまで今年満6歳を迎えます。これもひとえに、皆さま方との「ご縁」に恵まれたからこそであり、私どもの支えとなりました。昨年は地域活動「ハーベスクラブ」の創設と香取市での訪問介護事業所の開所で、多くの新しい「ご縁」に恵まれることもできました。今年も「ご縁」に感謝してまいりたいと思います。

■ハーベスクラブでは、息栖区民館での健康運動教室や息栖神社清掃など、昨年以上に皆さまのお役に立てるようと思っています。そして本業の介護事業では、利用者さまからのサービス利用満足度向上をめざし、職員も物心両

面で満足がいくように邁進していきたいと思います。

■さて、私根本は昨年9月に父が他界し喪中なので、個人的には新年の挨拶を控えさせていただいておりますが、迷ったのがハーベストシーズンから、年賀はがきを出すのか喪中のお知らせにするか…法人(会社)に喪中はないそうで、年賀はがきを出すのが一般的だそうです。しかし、昨年皆さま方へ父の他界を告知したこともあり、あえて喪中のお知らせをさせていただきましたので、何卒ご了承くださいませ。



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます

【スタッフの手指消毒を励行しています】

今回はヘルパーの手指消毒についてご紹介します。

インフルエンザやノロウイルス感染が猛威を奮うこの時期。これまで当社訪問介護のヘルパーは1人1本、小型のアトマイザーに手指消毒用のアルコールを入れて所持していましたが、この冬は新しいものにリニューアルしました☆常に携行し手指の消毒につとめておりますが、各利用者さまのお宅でも手洗いをさせていただきますので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。



スタッフから一言



ケアプラン碧の空
ケアマネージャー

根本 正美 Masami Nemoto

新年を迎え、皆さまいかがお過ごしでしょうか。新年の目標は小さくすると達成率が50%も上がるらしいので、「長男とクロスバイクで霞ヶ浦一周! (汗)」。さて、体力作りからスタートするか…。



ケアプラン碧の空
主任ケアマネージャー

関澤 由美子 Yumiko Sekizawa

新春万福!
「一心精進」
～すべてはそのひとのために～



訪問介護碧の風
管理者・介護福祉士

角田 陽子 Youko Kakuta

昨年は皆さまとの良きご縁に恵まれ、又皆さまからたくさんの笑顔をいただき、ありがとうございました。スタッフ一同、申年にちなんで「うきうきうきー?」元氣いっぱい幸せをお届けしたいと思いま～す。



訪問介護碧の風かとり
管理者・介護福祉士

平野 恵 Megumi Hirano

昨年末に同僚から、「般若の顔みたい」と一言! 私はそんなに怖い顔しているのか(汗)。今年は笑顔とゆとりを持ち、好感度アップを目指したい! 碧の風かとりスタッフ共々、今年もよろしくお願いします。

健康豆知識

ヒートショックにご用心! 冬は浴室や脱衣室とお湯との温度差が大きくなるため、急激な血圧の変動が生じて心臓や血管に大きな負担を与えます。

ヒートショック予防のためには、お湯の温度は41℃以下! 事前に脱衣室や浴室の温度を24～26℃程度にしておく、入浴時間は10分以内にすること。特に高血圧、心臓疾患のある人には、38～39℃のぬるめのお湯にみぞおちの下までつかる半身浴がオススメ☆ 入浴後は水、白湯、番茶などコップ1杯程度の水分補給も忘れずにおこなってくださいね



心理テスト

◎ お気に入りの格好で歩いていたら、同じ服装の超好みのタイプの異性と遭遇。どんな態度をとる?

- A 横道に隠れる
- B 気付かれないように見つめる
- C 落ち着いて話しかける



▲ 恋のライバルがいる時のあなたの態度が分かります。

- A…『どうせダメだろう』と自信喪失。
- B…誰かの力を借してもらおう。
- C…相手の状況を細かくチェックして冷静に作戦を練る。

(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)

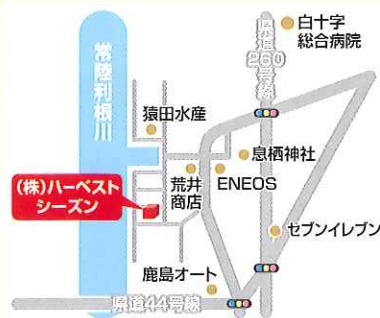
電話番号 ケアプラン碧の空 0299-77-8691
デイサービス碧の郷 0299-77-8692
訪問介護碧の風 0299-77-8697
訪問介護碧の風かとり 0478-79-6361

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3月初旬頃発行予定。お楽しみに～♪

スタッフから一言



ケアプラン碧の郷
介護職員

大曽根洋介 Yousuke Oosone

ドライブとライブ鑑賞が大好き♪
お酒もタバコもやらないので、よく「つまらない男」だと言われてしまいます(泣)。そんな自分でも負けじと、笑顔あふれる碧の郷になるように頑張っていきます！



デイサービス碧の郷
看護師

宮川恵美子 Emiko Miyakawa

今年5月から勤務しています。8月に車が故障してしまい、自転車通するはめに…暑かったあ(泣)。デイの利用者様に覚えてもらえる存在になれたかな？ 笑顔いっぱいのでいを目指してGOGO！



訪問介護碧の風
訪問介護員

小山千代美 Chiyomi Oyama

50歳過ぎから、体が思うように動かなくなったと感じるようになった。運動不足解消と脂肪を燃やそうと、カーブスに通っています。目標は5キロ体重減！ さぼらないように、自分に厳しくしないいけませんね(笑)。



訪問介護碧の風
訪問介護員

星野真弓 Mayumi Hoshino

嵐とカラオケ大好き！ 20歳の息子の母です。「ホシノ・フラメンコ」と呼んでください☆ 千葉県在住で所属はかとりです。まだまだ未熟者ですが一生懸命頑張りますので、応援お願いします☆

健康豆知識

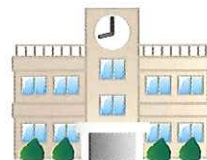
皆さまはしっかり朝食を摂っていますか？ 寝ている間でも脳は働き続けているので、朝食を摂らないと脳はエネルギー不足になり集中力が出ません。また、朝食を摂ることで消化管の働きが活発になり、排便が促進されます。1日2回の食事では、1日分のエネルギーを2回で摂ることになってしまい、1回分の食事量が増え、血液中に過剰になったブドウ糖が使われることなく脂肪となって、体に溜まって肥満へつながってしまいます。



心理テスト

❶ 廃校になった建物を友人と探検していたらはぐれてしまいました。友人はどこに居た？

A 保健室 B 職員室 C 階段



❷ A これ、あなたが一人になった時に何を考えるのかわかります。

A…何も考えず、ただただぼんやり。

B…ズルイ奴のことを思い出しては腹を立てている。

C…趣味や遊びの予定などをあれこれ考えている。

(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)

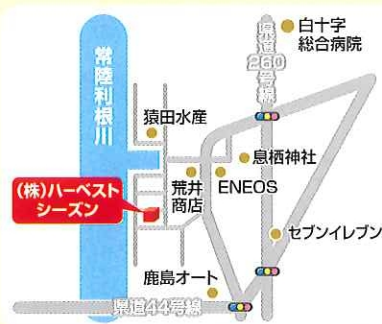
電話番号 ケアプラン碧の空 0299-77-8691
デイサービス碧の郷 0299-77-8692
訪問介護碧の風 0299-77-8697
訪問介護碧の風かとり 0478-79-6361

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1月初旬頃発行予定。お楽しみに～♪

スタッフから一言



ケアプラン碧の空
ケアマネジャー

原田敏秀 Toshihide Harada

毎日5時半起床。阿見町から約70分かけての通勤も、田舎道の風景を楽しむこととをかし。趣味はサーフィン♪ 鹿嶋の平井浜あたりに出沒するので、見かけたら一声かけてくださいな。



デイサービス碧の郷
介護職員

大庭啓誉 Hironori Ooba

5月から仲間入りしました！アイヌ大好き♪ 地元出身、汗っかきの大庭です。お酒はそこそこ、気は優しくして力持ち？ 楽しい環境を作っていきたいので、皆さん応援してください☆



訪問介護碧の風
訪問介護員/介護福祉士

大津久美子 Kumiko Ootsu

今年の夏、長女はアルバイトと文化祭の準備に忙しく、次女は毎日部活…どこにも出かけずに終わってしまっただけ。こうして親離れしていくのでしょうか。家族ですごく時間減り、母は寂しいぞオ～。



訪問介護碧の風
訪問介護員/介護福祉士

大網文子 Tsuyako Ooami

6月から仲間入りした大網です☆ 小4と小1の男児の母です。2人とも私に良く似ているようで、同じ顔が3つと言われます(笑)。子供達の寝顔を「いやし」に♡ 日進月歩で頑張りますのでご声援くださいな♪

健康豆知識

階段を上った時、息が切れませんか？
それは老化の現れとも…。

「加齢と共に筋力が低下し、肺活量が落ちて呼吸が浅くなる→新鮮な空気を取り込みにくくなり、老廃物の代謝が鈍る→老化が加速する」

そんな悪循環を断ち切るためにおすすめなのが腹式呼吸です☆誰でも手軽にできる健康的な老化防止方法で、リラックス効果も期待できちゃう(ハート)鼻からお腹を膨らませるようにゆっくりと息を吸って、口からゆっくり吐きます。その時、お腹をへこませるのかコツですよ。



心理テスト

Q 新築を建て、庭造りを任せられたあなた。どんな庭にしますか？

A 野菜を作る B 花を植える C 池を作る

A この質問で、あなたの将来の野望が分かります。

A…大きな野望など持たず、コツコツ無難な生活をする現実派。

B…お金持ちになりたい野望はあれど、結局平凡な将来に…。

C…他の人とは違う発想で将来を目指す、ちょっぴり変わり者。



(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11月初旬頃発行予定。お楽しみに～♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第24号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■皆さま、こんにちは！ 6月が誕生月だったので、またひとつ年を重ねました、ハーベストシーズンの根本です(苦笑)。七夕の短冊には「更年期から早く解放されますように」と、願いを込めました☆

■夏本番目前です。皆さま、熱中症には用心してくださいね！ 夏バテといえば…夏バテ防止にはうなぎがいいかも？ 小見川大橋の先、「うなせん」さんをご存知ですか？



「うなせん」のうなぎ。格別です♪

天然物と養殖物があり、お店でいただくのはもちろん、お持ち帰りもできます。ただし、作り置きはせず、注文が入っ

てからさばくので、40~50分…1時間程度待つ覚悟が必要です(汗)。電話予約もできるので、お店に行くにしても、お持ち帰り用にしても、電話予約しておく待ち時間なしですよ♪

■さて、夏はやっぱり花火です！ 毎年恒例で8月1日は小見川の花火ですよね。ハーベストシーズンで見る花火は今年で4回目。今年こそ花火の日は、ハーベストの庭でイベント開催!?実現するかはさておき、現在計画中なので楽しみに~♡



小見川の花火にあわせて
今年はイベントを開催!?

(株)ハーベストシーズン代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます

【より良いサービスのため、細かいところにも気を配ります】

今回は訪問介護のヘルパーバッグを紹介します。少し前まで透明のビニールバッグでしたが、暑さ寒さに弱いため、今年春から黒いメッシュタイプのバッグに変更してみました☆

バッグの中がごちゃごちゃにならないように、ピンクのバッグインバッグを導入しました。記録用のバインダーもユニフォームと同じピンクで統一しました♪



スタッフから一言



デイサービス碧の郷
介護職員/介護福祉士

小山美紀 Miki Koyama

今年4月から仲間入り♪ 介護の仕事は10年ぶりの小山です！ 短大1年生と小学3年生の女の子がいます。ご利用者様の笑顔が支えです♡ これから精進していきますので、よろしくお願いします。



デイサービス碧の郷
介護職員

後藤真 Makoto Gotou

から揚げ大好き、30代後半の後藤です。最近お腹周りが気になってます(苦笑)。まだ新人の私ですが、歌って踊れる介護職員を目指していこうと思っているので、よろしくお願いします☆



訪問介護碧の風
サービス提供責任者/介護福祉士

齊藤富士子 Fujiko Saitou

愛犬エルはイケメンです♡が、肥満気味。おやつを欲しがる時に、「太るからダメッ!」と我慢させていたら…飼い主にも肥満注意の診断が届いてしまい…(汗)。愛犬共々ダイエット中です!



訪問介護碧の風
訪問介護員

新井理恵子 Rieko Arai

3月から仲間入りしました☆ 今年のGW、家族で初めての常磐ハワイアンズへ。3人の子供達は大喜び! 休む時間を惜しみ、遊ぶその体力や恐るべし(汗)。私も体力つけてヘルパー業務を頑張ります!

健康豆知識

昔から「冷えは万病のもと」といわれていますが、冷えの大本とは、「血液のよどみ」です。川がよどむと濁るように、栄養もホルモンも滞り、末端までよく血液が届かないから、体が冷えてしまい、脂肪や老廃物がたまって、むくんだり太ったりします。では、体の内側から血流を良くして体を温めるには? ふくらはぎを毎日よくマッサージするだけです。これで自律神経が整って、冷えも改善間違いなし!



心理テスト

Q 宝くじを3万円分買い、当選番号を見てビックリ! さて、結果は?

A 1等前後賞3億円 B 5等1万円 C 全部ハズレ

A この質問で、あなたがどのくらい秘密を守れる人かがわかります。

A…うわさ話が大好き。

秘密も大げさにして、すぐ周りに話しそう。

B…口が非常に硬く、秘密を完璧に守れる人。

信用度100%。

C…自分からは喋らないけど、聞かれるとついうっかり…。



(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

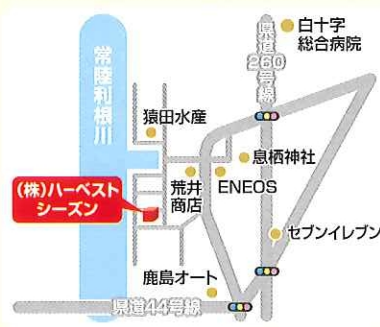
営業時間 窓口営業は通常8時~17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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9月初旬頃発行予定。お楽しみに~♪

3月生まれ…集まりや行事ことには、断然してリーダーになつて。4月生まれ…お盆には、お墓参りを欠かさないで。信仰心も大切。5月生まれ…暑い日には、思いきつてバーベキューで楽しさを演出。6月生まれ…ピンチの時には、どこからともなく援助の手がある。

かけて、リフレッシュになる。10月生まれ…花火大会か花火大会。11月生まれ…旅行や出張に出かける。12月生まれ…冬のバーベキューは、後半を狙って。素敵な逸品を準備。

ハーベストシーズンが
お送りする

第23号



そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■い〜ら〜か〜の波とそよぐ風〜♪風薫る5月。ハーベストシーズンの根本です！「目には青葉 山木トグス 初鯉」。カツオが美味しい季節になりましたね。「初物食いは七十五日」といわれますが、この時期の初物といえば、銚田のメロンや八十八夜を迎え新茶などもありますでしょうか。いずれにせよ、初物を大切にいただき、自然の恵



カツオが美味しい季節です♪

みや農作物の収穫に感謝したいものですね♪

■最近、昔録画したビデオテープや8ミリビデオのテープをDVDにダビングできるサービスを知り、早速利用し

てみましたよお(ハート) 保育園に通っていた息子達の懐かしい運動会などの映像が、くっきりはっきりと蘇りました。そして、たくさんの写真プリントを画像データに変換し、DVDにまとめることもできると知り…古いアルバムから写真を剥がす作業に没頭中！ 今やアルバムもフォトブックが主流だそうのでDVDにまとめた後、フォトブック作成にチャレンジしようと思っています☆



思い出をデジタル化して永久保存！？

(株)ハーベストシーズン代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます

【地域連携コーディネーター&ハーベストクラブがスタート！】

このたび社内に『地域連携コーディネーター』を配置しました。デイサービスのご利用者様の社会参加を含め、ハーベストシーズンと地域の皆さまとのコラボレーションを推進するため、ハーベストクラブ(地域活動グループ)を創設。ミニデイの運営や地域のボランティア活動にと、お役に立てればと思います。



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

Q 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



A 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

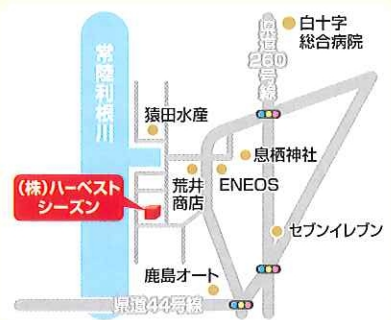
営業時間 窓口営業は通常8時~17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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~♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第22号



そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■「春眠、暁を覚えず」春に限らず1年中、眠くてたまらない根本です。春は出会いと別れの時期ですね。異動や転勤、引越し、入社、退職などなど…。身の回りの環境が変化する人も多いのではないのでしょうか。私の身の周りでもさまざまな変化が…。3人目の孫の誕生に喜び、定年や都合で退職する職員との別れに寂しさを感じ、入社してくる職員に期待するワクワク感でいっぱいです！

■この4月に介護保険制度改正と介護報酬改定を控え、その対策と準備で社内はてんやわんや。振り返ること15年前に施行された介護保険制

度ですが、利用されている方々にとっては満足、不満足、両者がおられることと思います…。介護サービスも種類が増えて、寝たきりの方でも対応可能な介護タクシーもありますよね。実は私、20数年前に母を亡くしています。亡くなる前は、2年近く寝たきり状態でした。母を神奈川のリハビリ専門病院へ送る時の話です。当時は寝たきりの人が乗れるタクシーなど皆無に近く…キャンピングカーを借りて寝かせて送ったものです。母が存命している間に、現在のような介護サービスがあったら良かったのにと常々思っています。



彼らの未来にはさらなる介護業界の整備を願います。



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます

【地域連携の新サービスがいよいよ始動】

「利用者さまにもっと特色あるサービスを」と、日頃から全職員が一丸となって新サービス開発に励んでおります。かねてよりハーベストシーズンは、地域連携拠点として準備をして参りました。概ね準備が整い、いよいよこの4月以降に始動できる体制までこぎつけました。正式に活動が始まるまでには、今しばらくかかりますが、地域の皆さまと共に地域活動ができることを楽しみにしております。詳細は後日に！



この街に根ざした施設を目指して…

ハーベストシーズンは
進化し続けます！



スタッフから一言



デイサービス碧の郷
看護師

門井美幸 Miyuki Kadoi

息子のお弁当作りから解放されたのをきっかけに、思い出のお弁当を聞いてみたところ…①たこ焼き ②二段ともチャーハン ③固まった焼きそば…愛情はたっぷり入れたはず。良い思い出にしてね(汗)。



ディサービス碧の郷
介護職員

介護職員
多田香織 Kaori Tada

幼い頃、「ムツゴロウ王国」に住むのが夢でした(笑)。自宅でペットを飼うことはできず…ベットのショップや利用者さんのお宅で、わんちゃんや猫ちゃんと仲良くさせてもらってま〜す❤️



訪問介護碧の風
管理者/介護福祉士

角田陽子 Youko Kakuta

角田陽了 Kakuta
元氣だけが取り柄の角田です(苦笑)。昨年、花粉対策に購入したトンボ眼鏡…恥ずかしくて使えずしまったまま。今年はトンボ眼鏡をかけて訪問介護に出るので、笑わないでくださいな!



訪問介護 風の碧
訪問介護員

二瓶知恵子 Chieko Nihei

昨年11月からハーベストに仲間入りしました♪ 甘えん坊の4歳息子と、のんびり屋の9歳娘がいます☆ 子供の成長と共に、介護の仕事を通じて私自身も成長していきたいと思っています。

健康豆知識

身近な食物繊維を積極的に摂り、便秘の解消を図っていませんか。まずは「納豆」。水分を吸着し腸壁を刺激して便通を良くします。そして腸内環境正常化でおなじみの「ヨーグルト」。ビフィズス菌が腸内の善玉菌を活性化させるのは有名な話ですよ。3つ目は「寒天」。ゼリーなどでも摂取できますが、粉寒天を水で飲み干すのもOK。小さじ1杯程度を毎食後に飲めば便秘解消間違いなし！



心理テスト

Q ドラマを見ていると、突然チャンネルを変えられました。
さて、どんな番組に変えられた？

A ニュース **B** お笑い番組 **C** ワイドショー



④ この質問で、大切な人に裏切られた時のあなたの行動がわかります。

A…ハッキリさせるため、徹底的に話し合う。

B…ショックで2~3日寝込みますが、立ち直りは早い!

C…誰かに間に入ってもらい、第三者の意見をフムフムと伺います。

(株)ハーベストシーズン

住 所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

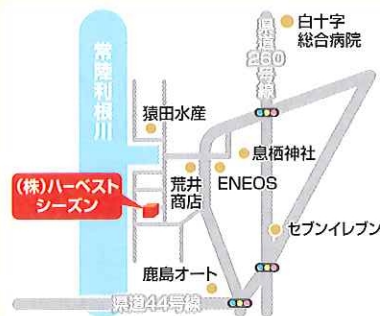
営業時間 窓口営業は通常 8 時～ 17 時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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
	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5月初旬頃発行予定。お楽しみに〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第21号



そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■新年明けましておめでとうございます。昨年は「みんな
で幸せになる」ことを目指して、走りぬけてまいりました
根本です。幸せになれた人も、そうでなかった人も、心新
たに今年一年また頑張っていきましょう！

個人目標では今年こそ「毎月温泉に行く」こと♥ そし
て昨年はカーブスに挑戦したものの、およそ2ヶ月でリタ
イアしてしまったので…(汗) 今年



新しくできた離れ。
(写真は完成間近の様子)

こそ、運動を始めようと思っていま
す。温泉地に出向いた際に、トレッ
キングなんてのも良いかもなあ…。

■さて、昨年暮れに完成した会社敷
地内の離れ。デイ碧の郷をより多く

の人に体験していただきたく、多目的ルームとしてパン
焼きやうどん作り、機織りや手芸などの活動拠点にする
他、新しい試みも計画しています☆ お楽しみに〜♪

■デイ開所以来、日曜日にも営業しておりましたが、今年か
ら日曜定休とさせていただくことになり、皆さまには大変
申し訳なく思っております。訪問介護
においては、昨年秋より新職員採用
で、「新しい風」が吹き始めています。
今年もハーベストシーズンは、豊かな
創造力を育み、地域に根差した事業運
営を展開してまいりますので、どうぞ
よろしくお願いいたします。



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます

【2014年職員感動大賞】

去る12月13日、ハーベストの忘年会において、職員感動大賞の表
彰が行なわれました！ 今年の感動大賞は、昨年4月に育児休暇か
ら復帰した窪木さん♪ 退職や体調不良で、職員が手薄になってし
まった際に「苦しい時ほど笑顔でね」との一言！ 暗雲立ち込めた
中、光が射した一瞬でした☆ 他に角田陽子さん、中村しげ美さんが
感動賞ゲット！ ゲットした3名には賞金、商品が贈呈されました♪



賞品はディズニーギフトパス
ポート♪ 来年は誰の手に!?

スタッフから一言



デイサービス碧の郷
介護職員

三浦智子 Tomoko Miura

あけましておめでとうございます。今年、我が子がバスケットを引退します。7年間追っかけてきた母としては、寂しい限り(泣)…ですが！反面、次は何をしようかとワクワクしている今日この頃です！



デイサービス碧の郷
介護職員

大川由加里 Yukari Okawa

寒さに弱い大川ですが、いつも利用者さまの笑顔で心はぽかぽかです♡ 昨年10月からハーベストの一員になりました。今年は資格取得が目標！応援してくださいね。今年もよろしくお願いします☆



訪問介護碧の風
訪問介護員

青木綾子 Ayako Aoki

あけましておめでとうございます。新しい風を吹かせている？新人の青木です(笑)。利用者さまの「ありがとう」が私の原動力！2015年も「ありがとうの花」をたくさん咲かせていきたいです☆



訪問介護碧の風
訪問介護員

秋山由美子 Yumiko Akiyama

私には2人の娘がいて、上の娘は東京で介護の仕事をしています。下の娘も来春、東京へ旅立つ予定。寂しくなってしまうけど、愛犬が心癒してくれる存在になってくれるかななんて期待しています♪

健康豆知識

歩くことは、足を温めるのに最も効果的！足の温度は、体温と比べ低く30℃~32℃ぐらいが理想的です。しかし冷え症の人は26℃前後しかない人も多いとか…。歩くことで、足の温度を簡単に上げることができそうです。



ひざが悪い人はつま先立ちを繰り返して、土踏まずと足首を動かしましょう。足の指でグー、チョキ、パーをするのも効果的なのでぜひ試してくださいね！

心理テスト

Q 食品売り場を歩いていると、人だかりができています。さて、そこには何があるのでしょうか？

A バーゲン B 試食コーナー C アイドルがいた

A この質問で、あなたの結婚後の浮気指数がわかります。

A…浮気指数45%。ストレスや不満が溜まると…。

B…60%。甘〜い言葉で誘われると、流されてしまうかも。

C…10%。いざという時は臆病になるタイプ！



(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

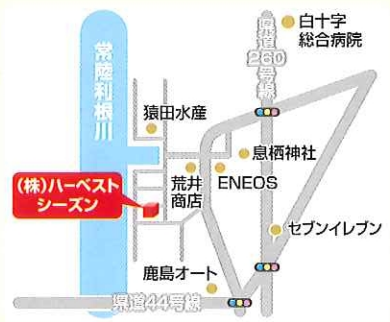
営業時間 窓口営業は通常8時~17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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3月初旬頃発行予定。お楽しみに〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第20号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■今年も残すところあと2ヶ月…今年最後のそよ風新聞です。今年は11月7日が立冬。冬の始まりですね。空気が乾燥して喉を傷めやすくなったり、風邪が流行り出す時期でもあるので、うがい、手洗いはきちんとしなければいけませんね。また、乾燥が原因で皮膚トラブルも起こしやすくなるので、お肌のお手入れにも気を配りたいものです。

■温泉大好き根本は、今まで数々の秘湯 ♪ を体験してきましたが、山形の姥湯(うばゆ)温泉はすごかったです。



車がすれ違えない細い山道で、片側は切り立った崖。ガードレールすらない道を延々10キロ以上ひたすら走って行きます。



■すると突然、美しい風景がパッと開け、その絶景の中にポツンと一軒宿が現れます。宿まで車の乗り入れは不可。徒歩で吊り橋を渡り急勾配を上った先に、目指した絶景の露天風呂！源泉かけ流し、乳白

色のにごり湯、硫黄のにおい。周囲はゴツゴツと切り立った岩山で岩間から生えている木々が何ともいえぬ美しさ。このお湯と景色にリピーターが絶えないそうです。皆さま様、一見は百聞にしかずですよ～ ♪



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます



【サプライズ表彰】

昨年9月～今年8月まで、社内研修にひと月も休まず参加できたスタッフ、計4名がサプライズで表彰されました！残念なことに、表彰式の様子を写真に残していなかったのですが…(泣)。デイから秋田真波さん、訪問介護から中村しげ美さん、齋藤きづ子さん、新井良子さん。商品券と新米をゲット♪表彰の告知は一切していなかったので無欲のゲットですね♥
一応、「来年も表彰があるかはわからないよ」と言う社長なのでした(笑)。

スタッフから一言



ディサービス碧の郷
介護職員

根本亜季 Aki Nemoto
ただ今妊娠中！ お腹の赤ちゃんは男の子と確定。来年早々、3番目の男子が誕生します(苦笑)。根本家、7人家族になりますが、男5人、女2人…あ、姑はその辺の男子を負かす勢いですけどね(汗)。



ディサービス碧の郷
介護職員

中尾リエ Rie Nakao
碧の郷に仲間入り☆ 周りの人から
ノーテンキと言われます。出身は
和歌山県、今は神栖市在住。笑う門
には福来たるをモットーに、常に
明るく皆さまと接することができ
ればと思っています。



訪問介護 碧の風
訪問介護員

訪問対談
阿部裕子 Yuuko Abe
早く秋になれば良いなあと思って
いましたが、今年はあつと言う間に
来てしまい少し寂しかった気が…。
秋は美味しい食べ物がたくさん
あって、私には危険なシーズン。脂
肪を蓄えようとする体の欲求(汗)。



訪問介護 碧の風
訪問介護員

宇地原タケ子 Takeko Ujihara
朝5時に起きて花の手入れをするこ
とが、日課の一つになっています。
最近では、ハワイアンキルト手芸を
習い始め、作品の完成が楽しみで時
間を忘れてしまうほど。素晴らしい
趣味に出会えたことに感謝です☆

健康豆知識

「おしっこが近くて困る」…。私達は体温低下を防ぐため、冬になるとあまり汗をかかなくなります。その分体内に余った水分は、尿となりトイレが近くなるそうです。『年齢』も原因の一つ。更年期に入ると、前立腺肥大や子宮が下がることにより、膀胱(ぼうこう)が圧迫され尿が溜めにくくなります。また、腎臓機能の低下やストレス、緊張、膀胱炎や膀胱結石などによっても起こることがあるので注意が必要です。



心理テスト

Q あなたが家を建てるとしたら、どこを重要視して建てたいですか？

Aキッチン **B**外観 **C**子供部屋



A これであなたの家庭に対する態度や気持ちがわかります。

A…家庭に対して、とても思いやりがあります♪

B…一見家庭的に見えますが、実は結構適当です(笑)。

C…とても家庭的ですが、少し教育ママタイプ…。

(株)ハーベストシーズン

住 所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

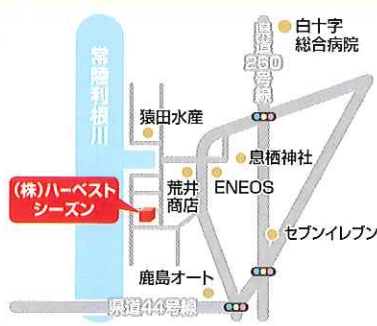
営業時間 窓口営業は通常 8 時～ 17 時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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1月初旬頃発行予定。お楽しみに〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第19号

そよ風新聞



発行：(株) ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■9月に入っても残暑厳しく、うだるような暑さが続いています。皆さまいかがお過ごしでしょうか。小学生がいるご家庭では、夏休みが終わりホッとしていることでしょう。我が家の息子達が小学生低学年の頃には、毎日絵日記を書かせておりました。今でもしまっておりませんが、

懐かしくて大切な子育て中の思い出です☆

■さて、ワタクシ根本は、ケアマネジャーになって9年目。今年は7月からずっとケアマネジャーの研修続きです。8月に1つ研修が終わったと思ったら、9月から

また別の研修がスタート。いささかお疲れモード突入中です(泣)。

■ところで皆さま、神栖市男女共同参画計画(かみすハートフルプラン)をご存知でしょうか。詳細は神栖市のホームページ等でご覧になってください。年に数回、「ハートフルかみす」という情報誌が発刊されているので、ご存じの方も多いのではないかと思います。この情報誌にナント！私、根本がちょっぴり登場します！新聞折り込みで各ご家庭に配られるそうなので、気に留めておいてください。9月発行予定です。



9月発行の「ハートフルかみす」を要チェック！



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます



ハーベストシーズンでは、毎月研修計画に沿って職員研修を実施していて、全体研修の他に部門ごとの研修等があります。研修講師はそれぞれ持ち回りで職員が担当することになっています。今年度は外部研修への参加も積極的に実施しており、常勤職員計13名全員が東京や水戸へ出張します。去る7月24日には外部講師を招き「接客マナー研修」を行ないました。今年秋からは「人間力向上研修」が別途スタートします。



皆さまに安心をお届けするため、
日々スキルアップに努めています！

ハーベストシーズンが
お送りする

第18号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■皆さま、お変わりありませんか。2ヶ月ぶりのご挨拶。
ハーベストシーズンの根本です。そよ風新聞も創刊号から丸3年。おまけに根本家の孫も7月1日で満3歳！どっちもめでたい(笑)。そよ風新聞の2ヶ月ごとの発刊には、挫折しそうになったこともありましたが、皆さまからのご声援を励みに頑張っています。発刊を「楽しみにしてるよ」なんて聞くと、大変ありがたくてやめられるわけあり

ませ～ん☆

■最近、私のグルメー押しは「ニラそば」。さっぱりヘルシーで一度食べたら、やみつきです！ ざるそばには「海苔」が乗っていま



イチ押しの「ニラそば」
やみつきです♪

すが、「ニラそば」には「海苔」の代わりに「ニラ」が乗っています(笑)。栃木県鹿沼市では『いろどり』と『かさまし』を兼ねて、昔からごく当たり前に食べられてきたそうです。そばとニラは鹿沼市特産なんですって。その鹿沼市にあるそば屋さんは35件以上！ 私が事あるごとに立ち寄るそば屋さんは、「そば亭瀬佐衛門」。古民家作りで土間や囲炉裏、天窓などがあり、すぐ脇には川が流れていいます。落ち着いた雰囲気の中でいただく「ニラそば」は格別です♥ デイサービス碧の郷のランチにも「ニラそば」が登場しますからね。お楽しみに♪

(株)ハーベストシーズン



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本 栄子

ここ、こだわってます



ご存知でしょうか。ハーベストシーズン正門の両サイドのシンボリツリーを。「エゴノキ」といって、5月中旬頃、白く小さな花が鈴なりに咲く木です。白い花が一般的ですが、ピンク色の花が咲くものもあります。ハーベストのエゴノキは白とピンク一本ずつ、正門の左右にあり、今年も可憐な花をたくさん咲かせて来客者を出迎えてくれていました♪

来年もいっぱい咲いて皆さまを出迎えてくれることでしょう。



ハーベストシーズンが
お送りする

第17号

そよ風新聞



発行：(株) ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■初々しい新緑、心地良い風♥ この時期、ハーベストシーズンの目の前の常陸利根川には、モーターボートが数多く走ります。そして堤防の土手を散歩する人も増え、とても気持ち良さそう。そんなのどかな春うららですが、根本は昨年に続きツバメのうんちと格闘しています(苦笑)。会社経営とケアマネ実務、デイと訪問介護の使いっ



奥日光で念願の雪見風呂を体験♪

ぱしり…そしてツバメのうんち処理(汗)。

■今年50歳を迎える私は、温泉が大好き ♪ 長野、群馬、栃木など、車で行ける場所によく出かけます。昨年

は栃木の奥塩原の秘湯に初チャレンジしました。林道をくねくね走った先にあるひなびた旅館は、源泉かけ流しで素晴らしいお湯。しかし、シャンプー・リンス等はなく、バスタオルもない！ 近くに地元の商店すらなく、携帯の電波も入らず(汗)。高級旅館や高級ホテルに憧れたりもするけど、「まさに秘湯！」という場所もオツなものかと思う今日この頃です。2月には、奥日光で念願の雪見の露天風呂に浸かってきましたよ。今年中にあと何回、どこの温泉に行けるかな〜♪



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます



今年の4月から消費税が増税されましたが、介護サービスを利用する際には消費税はかかりません。しかし、当社には訪問介護の自費サービスとデイの夕食弁当があり、こちらは消費税対象。増税に伴う値上げをせず内税でのご提供！「どこまで安価で頑張れるかな〜」と思う今日この頃…ですが！ 品質が下がらないように頑張っていきます！



スタッフから一言



サービス碧の郷
介護職員/介護福祉士

佐藤直人 Naoto Sato

桜は終わり新緑の頃。春先に花見に行きました。あまりに綺麗で心が洗われ、今後の人生が大きく花咲いていくような…。皆さま、私の人生が花咲くように、ご支援のほどよろしくお願いしますね！



ディサービス碧の郷
介護職員

三浦智子 Miura Tomoko

我が家の庭先には、毎日決まった時間にやってくる訪問者が。それは最近流行のブサカワ猫！ 巨大な体で餌を求めにやってくる！ やって来るようになって4か月。住居は今だ不明なままです(汗)。



訪問介護 風の碧
訪問介護員/介護福祉士
Otsu

大津久美子

最近ギターを購入しました！高校
生になってからギターを始めた娘
にうまくのせられて…学生時代以
来のギターなので、思ったように指
が動かないっ(泣)。目指せ！一曲
完奏♪



訪問介護碧の風
訪問介護員/介護福祉士

河内紀子 Kawachi Noriko

今年は結婚式を迎えるため、初めての北海道旅行を計画中！富良野のラベンダー畑や温泉、朝市の海鮮丼や札幌ラーメン。いろいろなところに行き、北海道ならではの物を食べる…今から楽しみです♡

健康豆知識

ごぼうやサツマイモは便秘に良い、とよく耳にしますよね。食物繊維は2種類。1つは「水溶性」、もう1つは「不溶性」です。ごぼうやサツマイモ等の根菜類は不溶性食物繊維で、実はこれだけを食べても便が硬くなるだけ。一緒に水溶性食物繊維を摂らないと、柔らかい便にはなりません。水溶性食物繊維は海草や果物に多く含まれていますよ！ このほか、大腸の自律神経に作用するビタミンB、C、Eなどもしっかり摂りたいものですね☆

An illustration showing several burdock roots (ごぼう) and one sweet potato (サツマイモ). One burdock root is cut in half, revealing its internal structure with small holes. The sweet potato is whole and orange-colored. The illustration is in a simple, clean style with soft shadows.

心理テスト

④ うどん屋で嫌いな上司がきつねうどんを注文。さて、あなたは何を注文しますか？

Aわかめうどん **B**肉うどん **C**ざるそば

A この質問で、あなたの仕事に対する情熱がわかります。

A…出世欲のない人。与えられたことだけをコツコツ。

B…バイタリティのある人。やり始めたらトコトンやる。

C…変わり者。情熱が薄く、仕事でも頭の中はよそごとばかり。

(株)ハーベストシーズン

住 所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

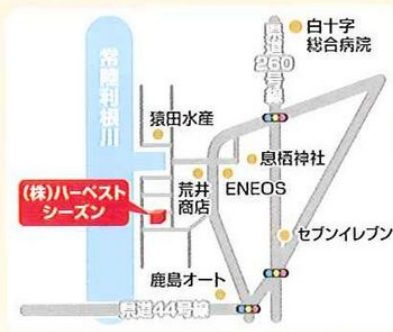
営業時間 窓口営業は通常 8 時～17 時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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

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〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第17号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき

■初々しい新緑、心地良い風♥ この時期、ハーベストシーズンの目の前の常陸利根川には、モーターボートが数多く走ります。そして堤防の土手を散歩する人も増え、とても気持ち良さそう。そんなのどかな春うららですが、根本は昨年に続きツバメのうんちと格闘しています(苦笑)。会社経営とケアマネ実務、デイと訪問介護の使いっ



奥日光で念願の雪見風呂を体験♪

ぱしり…そしてツバメのうんち処理(汗)。

■今年50歳を迎える私は、温泉が大好き ♪ 長野、群馬、栃木など、車で行ける場所によく出かけます。昨年

は栃木の奥塩原の秘湯に初チャレンジしました。林道をくねくね走った先にあるひなびた旅館は、源泉かけ流しで素晴らしいお湯。しかし、シャンプー・リンス等はなく、バスタオルもない！近くに地元の商店すらなく、携帯の電波も入らず(汗)。高級旅館や高級ホテルに憧れたりもするけど、「まさに秘湯！」という場所もオツなものかと思う今日この頃です。2月には、奥日光で念願の雪見の露天風呂に浸かってきましたよ。今年中にあと何回、どこの温泉に行けるかな〜♪



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます



今年の4月から消費税が増税されましたが、介護サービスを利用する際には消費税はかかりません。しかし、当社には訪問介護の自費サービスとデイの夕食弁当があり、こちらは消費税対象。増税に伴う値上げをせず内税でのご提供！「どこまで安価で頑張れるかな〜」と思う今日この頃…ですが！品質が下がらないように頑張っていきます！



スタッフから一言



ディサービス碧の郷
介護職員/介護福祉士

佐藤直人 Naoto Sato

桜は終わり新緑の頃。春先に花見に行きました。あまりに綺麗で心が洗われ、今後の人生が大きく花咲いていくような…。皆さま、私の人生が花咲くように、ご声援のほどよろしくお願いしますね！



ディサービス碧の郷
介護職員

三浦智子 Miura Tomoko

我が家の庭先には、毎日決まった時間にやってくる訪問者が。それは最近流行のブサカワ猫！巨大な体で餌を求めにやってくる！やってくるようになって4か月。住居は今だ不明なままです(汗)。



訪問介護碧の風
訪問介護員/介護福祉士

大津久美子 Otsu Kumiko

最近ギターを購入しました！高校生になってからギターを始めた娘にうまくのせられて…学生時代以来のギターなので、思ったように指が動かないっ(泣)。目指せ！一曲完奏♪



訪問介護碧の風
訪問介護員/介護福祉士

河内紀子 Kawachi Noriko

今年は銀婚式を迎えるため、初めての北海道旅行を計画！富良野のラベンダー畑や温泉、朝市の海鮮丼や札幌ラーメン。いろいろなところに行き、北海道ならではの物を食べる…今から楽しみです♥

健康豆知識

ごぼうやサツマイモは便秘に良い、とよく耳にしますよね。食物繊維は2種類。1つは「水溶性」、もう1つは「不溶性」です。ごぼうやサツマイモ等の根菜類は不溶性食物繊維で、実はこれだけを食べても便が硬くなるだけ。一緒に水溶性食物繊維を摂らないと、柔らかい便にはなりません。水溶性食物繊維は海藻や果物に多く含まれていますよ！このほか、大腸の自律神経に作用するビタミンB、C、Eなどもしっかり摂りたいものですね☆



心理テスト

Q うどん屋で嫌いな上司がきつねうどんを注文。さて、あなたは何を注文しますか？

A わかめうどん B 肉うどん C ざるそば

A この質問で、あなたの仕事に対する情熱がわかります。

A …出世欲のない人。与えられたことだけをコツコツ。

B …バイタリティのある人。やり始めたらトコトンやる。

C …変わり者。情熱が薄く、仕事でも頭の中はよそごとばかり。

(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

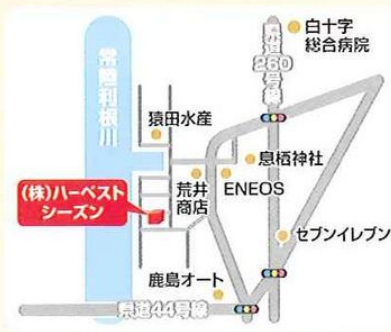
営業時間 窓口営業は通常 8時～17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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
ディサービス碧の郷 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〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第16号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



■ 弥生 3月。春の訪れに心ウキウキの根本です♪ 早咲きの桜(2月頃咲く桜)を総称して河津桜というそうですね☆ 息栖神社周辺に

も、早咲き桜が数本あるのをご存じでしょうか。昨年、自宅脇に河津桜を植えました。私がおばあちゃんになった頃には、本場の河津桜を負かすようになっているかも。

■ 今年1月末に介護福祉士等の国家試験があって、わが社からも数名が受験！私の時代の受験会場は東京でしたが、今は幕張メッセの大会場で受験です。

試験といえば…私がケアマネジャーの試験を目前に控え

ていた時の話。当時はまだ勤め人。実務が過酷な状況にあり、試験勉強は手つかずな状況。気ばかりが焦っていた受験の前々日の夕暮れ時のこと。地域の先輩ケアマネジャーが前触れもなく訪ねてきて「合格祈願だよ」と鹿島神宮のお守りを届けてくれたのです！これにはビックリ！そのお守りに、いや、先輩の心づかいが身に染みて涙が…。それ以来、自分の周りのスタッフには、鹿島神宮のお守りをプレゼントするの習慣になりました。温かい心づかいのおすそわけです？



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます



些細なことなので、こだわりとはいえませんが、ハーベストシーズンでは、ご利用者様用トイレも職員トイレも、トイレトイレットペーパーはすべて香り付きの二枚重ねです。ピンクや黄色、緑や水色など色つきで、トイレタイムが楽しくなります♪コスト削減のため、安いペーパーを大量に仕入れることもできるのですが、「便所紙をケチるな」という社長の意向です(笑)。



スタッフから一言



デイサービス碧の郷
介護職員

根本亜季 Nemoto Aki

我が家には二人の息子がいます。今年3歳になる次男は本当にやんちゃで、どこへ行っても「大変ですね」と声をかけられる始末(汗)。そんな弟を溺愛する長男…。母は兄弟仲良く願っています☆



デイサービス碧の郷
調理及び介護助手職員

鵜澤真佐代 Uzawa Masayo

2人の息子と娘が1人います。長男は結婚独立。私はおばあちゃん(苦笑)。独身の次男には彼女がいて、出かける時一緒に連れて行ってくれます♪ とんだおじやま虫なのにね(笑)。いつもありがとう。



訪問介護碧の風
訪問介護員

小山千代美 Koyama Chiyomi

健康診断で毎年イエローカードの私。昨年一生懸命ダイエットに励んだにもかかわらず、1年で2kgの減量のみ(汗)。今年の目標は5kg減量すること！ 自分にきびしくできるかな～。



訪問介護碧の風
サービス提供責任者/介護福祉士

齊藤富士子 Saitou Fujiko

昨年は出雲大社を参拝してきました。今年は青森へ行く予定☆ 毎年、友達と旅行することが楽しみです♪ ゆっくりと温泉に浸かったり、きれいな風景を見るだけで、心も体も癒されます。

健康豆知識

「寝る前のコップ1杯の水と、起きてすぐのコップ1杯の水を！」人は寝ている間に大量の汗をかくので(約180cc～200cc)寝る前には水分補給が大切です。冷たい水は体温を下げてしまうので、なるべく常温の水がベスト。そして、睡眠中の汗で水分が失われているので、起きた時の水分補給も大切です。朝の水分補給は、体を潤すだけでなく、胃腸の動きにも良いといわれています。



心理テスト

① フワフワと庭を漂うシャボン玉。このシャボン玉は、何に触れて割れると思いますか？

A 岩 B 花 C 池の水

② シャボン玉が割れることは、恋愛関係が壊れることを表しています。これで、あなたが陥りがちな失恋のパターンがわかります。

A…あなたの失恋パターンは、束縛のしすぎ。

束縛はほどほどに！

B…甘えすぎ！ わがままだNG！

C…放ったらかしすぎ！ マメさを！

(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

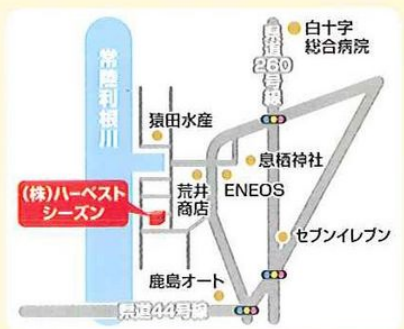
営業時間 窓口営業は通常 8時～17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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5月初旬頃発行予定。お楽しみに～♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第15号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



■新年明けましておめでとうございます。ここ息栖の地で迎える3回目の新年となりました。今年も一年間を通じ「すべての人たちと

のご縁に感謝して」精進し、ハーベストシーズンならではのサービスの創造に尽力していこうと思っておりますので、何卒よろしくお願い申し上げます。

■実は昨年11月、長男夫婦が結婚式を挙げたんです！携帯電話をスマートフォンに替えたばかりだった私は、はりきって写真撮影に励んだのに、結婚式が終わって確認した写真は…3分の2が床と自分の足元だったという

…。なんと間抜けぶり(苦笑)。文明の機器を使いこなすには、それなりの時間が必要なのだと実感しました(泣)。

■そんな私根本栄子、ラインゲームにドはまり中！スマートフォンに替えてから、もはや日課となっております(笑)。深夜、早朝もゲーム三昧。モーニングポコパン、行ってきますポコパン、お昼ごはんポコパン、そして合間にする間違い探し。仕事終わりにポコパン、晩酌タイムもポコパン、就寝前にポコパン(苦笑)。ハートやクローバー、絶賛受付中です☆



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます



ハーベストシーズンはオリジナルサービスとサプライズで、ご利用者の皆さまへ感謝をお届けすべく事業を運営していますが、スタッフに対するサプライズも☆

昨年暮れ、忘年会でのサプライズ表彰大会では、5名のスタッフが感動大賞を受賞。賞金と東京ディズニーランドのペアパスポートチケットをゲット！誰も予期しておらず、まさにハーベストのこだわりそのものでした☆

スタッフから一言



訪問介護碧の風
サービス提供責任者/介護福祉士
角田陽子 Kakuta Yoko

マイメロちゃん、てんてんちゃん、2匹のうさぎを飼い、一攫千金を夢見る角田です☆先日、ロト6で人生初の9,000円当選(笑)。億万長者への追い風か！まずは新年の初夢で億万長者になれるかな？



訪問介護碧の風
管理者/介護福祉士
大槻さち Otsuki Sachi

愛娘ももうすぐ3歳。最近では普通に話すようになり、「〜でしょ！」など怒られたりしてます☆トイレ・着替えなどいろいろ自分でできるように、成長が楽しい反面少し淋しい気も…(泣)。



デイサービス碧の郷
介護職員
大貫美穂 Onuki Miho

碧の郷では入浴介護専任です。そんな私の朝は息子の弁当作りから。毎日作っていると単なる埋め込みだけの作業のような感覚に…(苦笑)。男の子ばかり4人。愛情込めて美味しくなれ♡



デイサービス碧の郷
看護師
門井美幸 Kadoi Miyuki

この顔に見覚えありますか？昨年9月から仲間入りしました、門井です☆夫と2人の息子を生めるく見守り、家事はやる気が降臨したときだけちょっと頑張る主婦です(笑)。気軽にお声かけくださいね！

健康豆知識

寝室の環境で注意したいのが寒さと乾燥。室温は12〜3度、湿度は50%前後が理想です。エアコンのつけっぱなしは乾燥を招くので用心を。乾燥対策には、加湿器以外にも濡れタオルを寝室にかけておく、お湯をはったボウルを置くなどが効果的。また、電気毛布のかけっぱなしは、乾燥や低温やけどを起こす場合があるので短時間が良いですね。



心理テスト

① 浮上していく潜水艦。この潜水艦が海面に出た時の海の状態は？

A 晴天 B 雨 C 嵐

② 海の中を潜る潜水艦は、あなたの中に潜んでいる才能を表しています。これであなたがスキルアップを目指すべき分野がわかります。

A…あなたがスキルアップすべきは、語学力！

B…IT関連のスキルで、成長！

C…職人的な技術の向上を！

(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

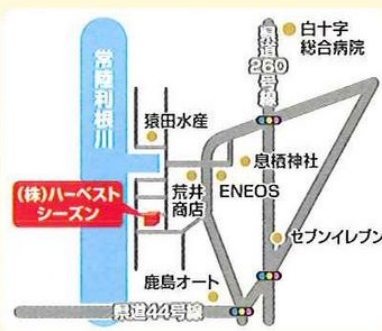
営業時間 窓口営業は通常8時〜17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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3月初旬頃発行予定。お楽しみに〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第14号

そよ風新聞



発行：(株) ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



■私は数年前からギックリ腰を数回経験しているのですが、今度はギックリ腰ならぬ、ギックリ尻になってしまいました(汗)。ギックリ初日は、接骨院で鍼と灸をしてもらって帰宅。四つん這いでも動けず、会社から車イスとシルバーカーを持ってきてもらって…しばらくは、靴下を孫に履かせてもらう有様(泣)。その後、ストレッチや腰痛体操、筋肉トレーニングなどで再発予防に励んでま〜す☆

■さて、ご存知の方もいらっしゃると思いますが、私根本はケアマネジャーです。神経難病の方や脳血管障害の方、

ガン闘病中の方、そして認知症の方。ご家族がいる方やお一人暮らしの方など…お一人お一人の困りごとは様々。特に私個人としては、認知症介護に関わらせていただくことが多く、認知症の方本人の気持ちを尊重することを大切に、介護サービスをプランニングしています。自分が認知症になったら…どう関わって欲しいかを信条としています♪ そんな活動から、毎年、神栖市のやすらぎ支援員要請講座で一コマ講義を担当しています。今年は11月6日、福祉会館にて☆ 認知症介護の実態についてお話をさせていただきます。



孫の笑顔にいつも元気をもらいます♪(根本)

ここ、こだわってます



去る9月16日(月)、敬老の日。今年も三宅商店さんにお世話になりました。昨年同様、在宅のご利用者様限定で、お赤飯と紅白まんじゅうのプレゼント♪

あいにく当日は、大型台風19号が上陸している真っ只中(汗)。お届けするスタッフは、車を強風に煽られ悲鳴を上げながらという、なんとスリリングな配達でした。なんとか無事にお届けにあがることができ、スタッフ一同ホッと一安心。ご利用者様の喜びは私達の喜びでもあります。

スタッフから一言



ケアプラン碧の空
ケアマネジャー

布施綾子 fuse ayako

1年2ヶ月ぶりに戻ってきました。
10年ぶりの赤ちゃんとの生活に四
苦八苦(汗)。上の子が小さいママ
役♪ 奮闘してくれて大助かりで
す。下の子が成人するまで、子育て
期間は30年…長いです。



ケアプラン 碧の空
ケアマネジャー

根本正美 nemoto masami

今年の夏は北海道へ行ってきました！ 海の幸♪ ラーメン♪ そしてビール♪ 函館ビヤホールで、たっぷり満喫してきました♪ 中年まっしぐらの今日この頃、ビール腹に気をつけなければ(汗)。



訪問介護 碧の風
訪問介護員

新井良子 arai
ryouko

お料理自慢の新井です☆ ダイエットと健康の為に、3ヶ月前からジムに通い始めました！ 初めの頃は辛かったけど、この頃は仲間と一緒に運動するのが楽しくなりました☆ 目標体重は秘密(笑)。



サービス碧の風
介護福祉士／介護員

秋田真波 akita manami

8月から碧の風へ仲間入りしました。出勤日はマイ弁当持参(手作りですよ)。利用者様も職員の方々も優しくしてくださるので頑張れそうです! 趣味は雑貨作り♥ 休日はちまちまと励んでます☆

健康豆知識

いくつになっても自分の足で歩きたい！ そう思っている方、多いのではないのでしょうか。 そのための習慣としてやりたいのが、目を開けての1分間の片足立ちです。簡単にはできそうで意外と難しいこの運動、1日3回(左右で計6回)行なってみませんか？ 太ももの付け根の骨が強くなって、転倒防止効果があるんですよ！ これから寒くなって着るものが増えると、転倒リスクが高まります。1分間の片足立ちをすることで、それらのリスクも低減するので、ぜひお試しください。


 An illustration of a woman with short dark hair, wearing a light green tank top and dark pants with a white stripe down the side. She is standing on her left leg, with her right leg bent at the knee and her foot resting on her left thigh. She is looking forward with a slight smile.

心理テスト

❶ 誰かが、手に持った旗をある場所に設置しようとしています。さて、どこに設置するのでしょうか？

A山の頂上 **B**丘の上 **C**雪の台地

A 旗を持つ手は、リーダーシップのシンボルです。これであ
 なたのリーダーとしての資質がわかります。

A…威張る、独裁的なリーダー！

B…ほどよいバランス。理想的なリーダータイプ☆

C…残念!リーダーには不向き!

(株)ハーベストシーズン

住 所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

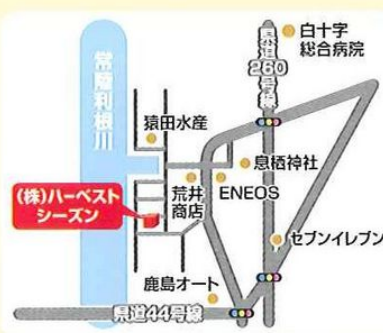
営業時間 窓口営業は通常 8 時～ 17 時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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1月初旬頃発行予定。お楽しみに〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第13号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



■新米がぼちぼち出回り、つやつやピカピカのご飯が食卓に乗る時期がやってきましたね!! 代表的なお米として、こしひかり、ひとめぼれ、あきたこまち等が有名な

品種でしょうか。

私の出身地の香取市(旧山田町)の隣の香取郡多古町では、「多古米(こしひかり)」がブランド米として出荷されています。全国的にも有名な魚沼産こしひかりが、10キロで7,000~8,000円ぐらい。多古米は6,000円ぐらいですから、値段だけみれば良い勝負かな? 今年の新米の出来

具合が楽しみです♪

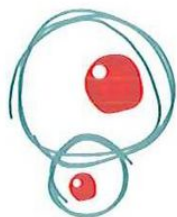
■そうそう、この時期に忘れてならないのは水郷の梨。利根川の川向こう、香取市大倉あたりの梨は甘くてジューシーです。今年は梅雨時から雨が少なかったものでいつもよりは小ぶりかもしれませんが、暑さのおかげで甘味たっぷりかも☆ 同じく香取市(旧栗源町)では、巨峰の収穫も最盛期を迎えます。

梨狩りにぶどう狩り。なんだか食べ物のお話ばかりになっちゃいましたが、美味しいものはやめられませんよね(笑)。



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます



株式会社 ハーベストシーズン
~すべてはその人のために~

当社のロゴマークをご存知ですか? 白黒だと目玉おやじみたいなの(汗)。水色の輪が大小2つ重なり、それぞれの中心部に赤い玉。水色の2つの輪は、社屋目の前の常陸利根川を表現し、赤い玉はお客様のハートとスタッフのハートをイメージしているんですよ。水の流れと人のハートが交わり合って、支え合って生きる。決して目玉おやじではありません(笑)。



スタッフから一言



訪問介護碧の風
訪問介護員

森田順子 morita junko

先日、実家の父がアジのなめろうを作ってくれました。出刃包丁で魚を叩いて調味料を入れる、とてもシンプルな料理ですが、おろしにんにくをたっぷりにつけると絶品の味♡父に感謝です！



訪問介護碧の風
訪問介護員

阿部裕子 abe yuko

宝くじとは「多空(たから)くじ」ではないか？と、思っている私ですが、いつか宝くじの神様と両思いになれる日を夢見ています。でも宝くじの神様はどこ？この調子じゃ片想いすら遥か彼方(泣)。



デイサービス碧の郷
看護師

谷口トシエ yaguchi toshie

今年5月からここに勤めています。年甲斐もなく…真っ赤な車を買ってしまいました(苦笑)。人気の車種で納車まで数ヶ月かかったので、待ちに待った感じです。赤のパワーをもらってこれからも頑張ります☆



デイサービス碧の郷
介護職員

石橋幸恵 ishibashi sachie

以前、市のセンターで韓国語を勉強していましたが、再度独学でチャレンジ中！韓国語は日本語と語順が似ているので興味を持ったのですが…パッチムに苦戦(汗)。目指せ！韓国一人旅☆

※パッチム…韓国語独特の発音のこと

健康豆知識

高齢者の骨の老化で良く聞く骨粗鬆症(こつそそうしょう)。ホルモンバランスの関係が影響するため女性に多く、男性も年齢に伴い発症しやすくなります。

骨折しやすく、骨折すると治りにくいので注意が必要。積極的に摂ることが大事なカルシウムは、ビタミンDと一緒に摂ると吸収率が良くなります。

日頃から転倒予防に心がけ、無理のない程度に運動することも大切です。



心理テスト

Q 大きなお屋敷の庭に、古いカギが落ちていました。さて、何のカギだと思いますか？

A 門 B 玄関 C 倉庫

A カギは自分のこだわりを大切にしまい込む気持ちの象徴です。これであなたのオタク度がわかります。

A…物事にこだわらない、外向的なタイプ。

オタク度は、30%以下！

B…広く浅く興味を持つタイプ。オタク度は、50%！

C…かなりのオタク人間。オタク度は、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

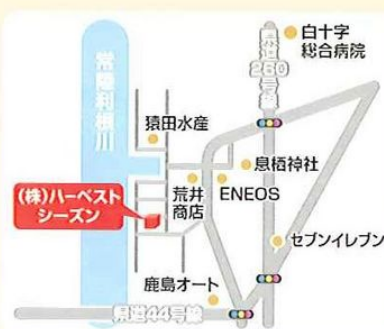
営業時間 窓口営業は通常 8時～17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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
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11月初旬頃発行予定。お楽しみに～♪

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キロを歩くも、希望の体重には及ばず(泣)。それでも季節の変化を肌を感じるのには楽しいです♪ 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 ooishi 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

Q 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

A 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

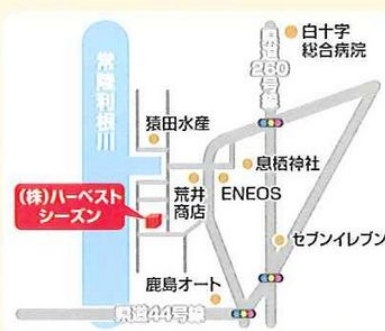
営業時間 窓口営業は通常8時～17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第10号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



■「明かりをつけましょぼん
ぼりに〜♪」女の子のいる
お宅ではお雛様が飾られ、に
ぎやかに桃の節句の歌声が
響いていることでしょう♪
あいにく根本家には女の子
がいません。強いて言うならば私と長男のお嫁ちゃんだけ…(苦笑)。華やかな雛祭りとは縁遠い…。

■さて、皆様は携帯電話をお持ちでしょうか？ 今や持っていない人を探すほうが難しいのではないのでしょうか？ 私が携帯電話を初めて持ったのは、かれこれ十数年前。子供が小学生の頃だったと記憶しているので、正確には15

年以上前でしょうか？(苦笑) 当時はまだ携帯電話を持っている方はめずらしく、固定電話の子機ぐらいの大きさで重さもずっしりしていました！

■最近の主流はスマートフォン。私はまだスマートフォンではありませんが、使いこなす自信がありません(汗)。周りからは「機種変更は、やめておいたほうがいいのでは…」とされています。私が操作方法について騒ぐと予想しているのでしょう。アハハ(笑)。あ！でも、タブレットPCは昨年から持っていますけどね☆



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってます



ご存知の方も多いと思いますが、当社のデイサービスでお出しする食器は、**益子焼き**がメインとなっております。最近、これに新しい器が仲間入りしました♪ 桜や花ミズキ、椿、露草の柄が可憐な「**窯元よこやま**」さんのシリーズです。

味はもちろんのこと、盛り付けや器で「視覚」からもお食事を楽しみたいものですよ♥



3月生まれ…春を満喫しに山登りが吉。バス・バイクなどもおすすめ。 4月生まれ…運気は好転。ハッパを押す前は、もう一度確認して。 5月生まれ…軽やかな春のフワッションがおおすすめ。アニマル柄も◎ 6月生まれ…寛大な懐かしさが大切な時。大きな心を
持つ。 7月生まれ…周りからのお願いは、気軽に受けて。お隣りか進む。 8月生まれ…休日はラジコ映画を。共感できる一面が見える。 9月生まれ…携帯電話を買い換え
る。 10月生まれ…家族に文化化がかわかってくる。 11月生まれ…お正月の準備がはじまる。 12月生まれ…お正月の準備がはじまる。

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

大津久美子 ootsu kumiko

最近、深夜のDVD鑑賞にハマってま〜す♪ 洋画、邦画、日本の連続ドラマなど、ジャンルは問わず。晩酌しながらひっそりと(笑)。寝不足が続く、お肌に悪いと思っても…やめられませ〜ん!



訪問介護碧の風
訪問介護員/介護福祉士

河内紀子 kawachi noriko

子供が小さい時は、よくお菓子作りをしていましたが、このところほとんど作っていませんでした。そこで今年は、またお菓子作りを再開してみようかと思っています♥ 美味しくできるかな〜♪



デイサービス碧の郷
介護職員/介護福祉士

内濱直人 uchiyama naoto

今年の1月に娘が1歳になりました。今年は初節句です。娘の健やかな成長を願い、お雛様を飾っています♪ あ〜…いつかお嫁さんに行く日がくるのかと思うと、今から夜も眠れません(泣)。



デイサービス碧の郷
介護職員/ヘルパー2級

栗飯原恵 aibara megumi

介護の仕事に就いて、やっと2年が経ちました。先輩に叱られ、利用者様に怒られ…へこむことも多いです…(苦笑)。そんな私ですが、目標は介護福祉の試験に合格すること! 先輩達にまけないぞ〜。

健康豆知識

花粉症シーズン到来! スギ花粉は1月に飛散が始まり、5月の初旬まで続きます。この間をいかに乗り切るかがポイントです。花粉が付着しやすい素材の衣服着用を避け、家に入る前は、衣類や髪に付着した花粉をはたき落としましょう。

スギ花粉は湿気を含むと重くなって落下するので、加湿器を利用するといいですよ。そして、外出時にはマスクや眼鏡、帽子を着用することで体に入る花粉をシャットアウトしましょう。



心理テスト

Q 魔法のメガネがあります。このメガネはかけるといったい何が見えると思いますか?

A 味 B 音 C 匂い



A このメガネで見えるものは、あなたが最も見落としがちな部分を表しています。これであなたがどんな異性にダメされやすいかがわかります。

A…口の上の異性。甘い言葉には要注意!

B…優しい異性にだまされやすい!

C…身なりのいい異性。異性を外見で判断してはダメ。

(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

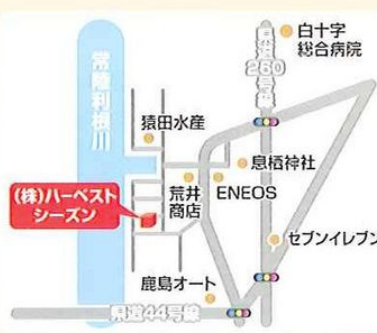
営業時間 窓口営業は通常 8 時 ~ 17 時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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5月初旬頃発行予定。お楽しみに〜♪

12月生まれ…素直がいちばん。計画されたものは、一瞬で見抜かれる。
11月生まれ…冷えに逆風。周囲をみると思わぬ幸運が舞い込む。
10月生まれ…見切りの発射は、要速で1線りに集った計画を。
9月生まれ…地に足をつけた行動を。何があってもひるがえらないで。

3月生まれ…春の訪れに気づく。希望を胸に、新しい世界に挑む。
4月生まれ…登山で山頂の花を見え。新しい道程を切り、進む。
5月生まれ…外食よりも、無類した高級食材を自宅で家族と一緒に♪
6月生まれ…長く努力をしてきたことが、し

7月生まれ…責任ある役が回ってきたら、しっかりと受け止めて。
8月生まれ…知識を深めて、更に人格アップ。名実ともに成長して。
9月生まれ…地に足をつけた行動を。何があってもひるがえらないで。

ハーベストシーズンが
お送りする

第9号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



■新年明けましておめでとうございます。平成25年の幕開けですね。近所の息栖神社も賑わい、活気に満ちていますよ～。

■お陰様でハーベストシーズンも息栖の地に根を張り、昨年12月で1周年を迎え、めでたく年越しができました。介護サービスを利用してくださっている皆さま、支えてくださった関連機関の皆さま、温かい目で見守ってくださった地域の皆さま、本当にありがとうございました。

そして、雨にも風にも...私の怒りにも負けず、頑張ってく

れているスタッフのみんな。私の(愛ある)スパルタ教育に耐えてくれてありがとう。

■目の前を流れる常陸利根川の水は、碧く深く。特に冬場はキラキラと輝きを増します。この「碧」から、事業所の命名をいたしました。その出来栄に我ながらうっとりとしてしまいます(笑)。

常陸利根川の夕焼けはまた素晴らしく、川面が金色に輝きます。ここにハーベストシーズンを創立できて本当によかったなあ～と、感慨深く夕陽を眺める私です。



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってみました



当社玄関先に置いてあるメニューボードをご存知ですか? 碧の郷(デイサービス)に通うご利用者様向けの昼食メニューのご案内です。碧の郷へ到着した時から、食意識を高めてもらうことを目的に設置しました。

毎朝、玄関先で「おはようございます」という声と「今日のお昼は〇〇だって～」という声が元気よく飛び交っているのが聞こえてきます。今日も美味しいお昼御飯が楽しみです♪



スタッフから一言



訪問介護碧の風
サービス提供責任者/介護福祉士

齊藤富士子 saito fujiko

最近、韓国ドラマにハマっています！主役の俳優にときめき、若返った気分になります。直接韓国へ会いに行きたい♪最近では安く手軽に行けますし、まずは旅費稼ぎに専念します。うふふ♥



訪問介護碧の風
訪問介護員/ヘルパー二級

小山千代美 oyama chiyomi

毎年痩せることを目標にしていますが…なかなか上手くいかないものです(汗)。昨年は、ホットヨガを初体験！これなら私にも続けられそうな予感があります♪健康管理も含めて、今年こそ頑張ります。



デイサービス碧の郷
介護職員/ヘルパー二級

岩井啓予 iwai hiroyo

初めまして！碧の郷の新しい仲間になりました。姓は普通ですが、名前が珍しいので覚えていただけるように頑張ります。趣味はカメラ☆利用者様へ笑顔をプレゼントできたらいいな~と思っています♪



デイサービス碧の郷
介護職員/ヘルパー二級

佐藤直人 sato naoto

初めまして。老健勤務を経て、碧の郷に仲間入りです！体は大きいですが、気は小さいので優しくしてくださいね！私は2人の子供と妻の4人家族。子供の世話から家事全般の手伝いができるのが自慢かな？

お知らせ

ついに！待ちに待ったハーベストシーズンのホームページができました~♪ ぜひ、「神栖市ハーベストシーズン」で検索してみてくださいね♥ ホームページでは、デイサービスの催しものや活動の様子、弊社スタッフによる社内研修の様子など、不定期ですが更新をしています。また、隔月発刊の「そよ風新聞」と、毎月発刊の「あおのさと通信」も、デジタルBOOK風に見ることができま~す☆



心理テスト

Q ガラスのかけらが落ちています。これは、何の破片だと思いますか？

A 花びん B コップ C 風鈴

A ガラスの破片は、あなたの自信のない部分を表しています。この質問で、あなたのコンプレックスがわかります。

A…美しい花をいける花びんを選んだあなたのコンプレックスは、外見です…。

B…飲み物を入れるコップを選んだあなたのコンプレックスは、性格！

C…あなたのコンプレックスは芸術性。特にファッションには自信がないかも…。

(株)ハーベストシーズン

住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

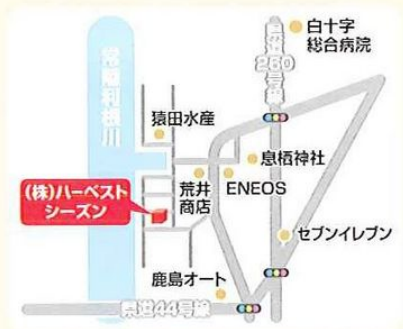
営業時間 窓口営業は通常8時~17時
(サービス提供は計画によって時間外あり)

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3月初旬頃発行予定。お楽しみに~♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第8号

そよ風新聞



発行：(株) ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



*今日も穏やかな(常陸)利根川♪

■菊花の候…皆さま、おかわりありませんか？ ところで、神栖市の「市の花」をご存知でしょうか？ 実は「菊」なんですよね～☆ ここハーベストシーズンのご近所にある息栖神社や、神栖市文化センターでも菊花展が開催されますので、ぜひ足を運んでみてくださいね♪

■私は、会社の理念「ご縁に感謝して」を噛みしめながら、思うことがあります。それは、人は縁という出会いと別れから逃れられないということです。人だけでなく職場や物などでも出会いや別れはつきものです。どんなに大切

な物でもずっと守り続けることはできません。だからこそ、今自分が大切だと思う楽しさや思いやりのある厳しさ、一緒にいてくれるだけで安心できる人の存在を大切にしていきたいと思います。時には大切な人だからこそ感情的になって怒ってしまうこともあります。そんな時、私は中島みゆきさんの「時代」という曲を思い出します。「まわるまわるよ時代はまわる、別れと出会いを繰り返し、今日は倒れた旅人たちも生まれかわって歩き出すよ♪」。なんだか元気になる気がしますませんか？



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってみました



*デイサービス碧の郷『敬老の日 お祝いご膳』

去る9月17日は「敬老の日」。当施設では、ご利用者の方へお赤飯とおまんじゅうをプレゼントさせていただきました。おまんじゅうは、以前お話していた通り小ぶりではありましたが、可愛いうさぎの紅白まんじゅうをお届けできました☆ 11月後半には、平成25年分の特大力カレンダーをお届け予定ですので、いましばらくお待ちください。



スタッフから一言



訪問介護の碧の風
管理者/介護福祉士

大槻さち otsuki sachi

カラオケ大好き大槻です♡ 久々にカラオケに行ったら時間を忘れ、気づいたら入店から5時間も経過(汗)。最近はおもちゃクロがお気に入りです♪ マイクをなかなか離しません、一緒にしませんか？



訪問介護の風
サービス提供責任者/介護福祉士

角田陽子 kakuta yoko

一攫千金を夢見て♡宝くじを購入し続けていますが…いまだ未番300円のみ(号泣)。風水で金運が良くなるいわれる黄色の財布を試してみようか思案中です。目指せ！億万長者！いつか必ず！



デイサービス碧の郷
管理者/介護福祉士

秋田真理子 akita mariko

我が家の一人娘は保育園の年長組。先日、運動会で親が参加する競技があり、私は足がついていかずにつってんころりん！超恥ずかしかったです(苦笑)。「若いママとは違うな～」と感じてしまいました。



デイサービス碧の郷
介護職員/ヘルパー2級

三浦智子 miura tomoko

我が家には、中2と小6の娘がいます。二人ともバスケットをやっているの、いつか娘たちのプレーを観ることが私の趣味に♪親バカだと自覚していますが、「ウザイ」と言われるまで追っかけます♡

お知らせ

皆さま！ 去る9月28日12時44分、ケアプラン碧の空所属の布施ちゃんに、待望の赤ちゃんが生まれました。新しい命の誕生に、職員一同喜んでおります。

予定日は10月10日でしたが、7月20日過ぎに切迫流産の診断。医師より入院の指示がでましたが、本人は拒否していました。一時はどうかと心配しましたが、何より母子共に元気で良かったです。



心理テスト

Q 砂漠を歩き続けてきた人が、丘の向こうに何かを発見し、それを見つめています。さて、それは何でしょう？

A 小屋 B たき火の後 C 枯れた戸

A 過酷な環境を歩いてきた人が見つめているものは、厳しい現実を表しています。これであなたがどれだけ逆境に強いタイプかがわかります。

A…地道な努力家で、逆境に強いタイプ。

B…自分から逆境に飛び込んでいくほど、逆境が好きなタイプ。

C…逆境には耐えられない弱いタイプ。

(株)ハーベストシーズン

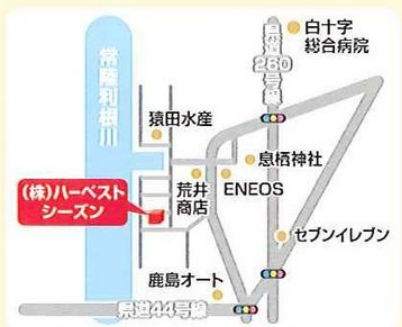
住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

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)



次号は1月初旬頃発行予定。お楽しみに～♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第7号

そよ風新聞



発行：(株) ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



■朝夕の涼風に一息つける
というものの、まだまだ残暑
きびしい季節です。皆さまい
かがお過ごしでしょうか？

■オリンピックの余韻冷め
やらぬ中、パラリンピックが

開催中です。身体的に障がいを持った選手達の「もう一つ
のオリンピック」として、ご存じの方も多いのでは？

このパラリンピックに出場するためには、①大会で定め
られた標準記録を突破 ②世界ランキングの上位に入り出
場権を獲得 ③世界選手権大会や地域選手権大会で出場権
を獲得…などの厳しい条件をクリアしなければいけませ

ん。さらに国内の競技団体に選抜されなければならない
とのこと。「もう一つのオリンピック」と呼ばれるにふさ
わしい、世界最高峰の障がい者スポーツ大会ですね～☆

■さて、私根本は…7月からケアマネージャーの実務に復
帰しました。産休に入った布施ちゃん
の穴埋めですが…しばらく実務
から遠退いていたので、感覚を取り
戻すまで四苦八苦(汗)。大事な利用
者様に迷惑をかけないようにと。た
だそれだけを心がけてきました。あ
れから2ヶ月が経ちますが…布施
ちゃん！早く戻ってきてえ～(泣)。



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってみました



ハーベストシーズンの玄関の正面カウンターに
は、いつも座ってご利用者様を出迎え、お帰りの
際はお見送りをしている「カエルちゃん」がいる
ことをご存じでしょうか？

いつも無言のカエルちゃんですが、ご利用者様
が「無事カエル」という願いだけでなく、当施設にお越しいただいて「見違える
(みちがえる)」、「若返る(わかがえる)」…といった願いも込めたカエル
ちゃんです(笑)。



スタッフから一言



デイサービス介護職員
根本亜季 Nemoto Aki

私は男の子2人のママです☆ 朝から晩まで日々戦争(汗)。0歳児の下の子を保育園に預けて仕事に復帰しました！子育てと仕事…そして家に帰れば主婦。主人の母も同居しているので、義母の下着も洗ってま〜す(苦笑)。



デイサービス調理担当
鵜澤真佐代 Uzawa Masayo

6月に2人目が生まれました♪とはいっても孫ですけど。「目に入れても痛くない」ってよく言いますよね？まさにその通り！それでも上の孫と遊ぶたびに、自分の体力の限界を感じてしまう今日この頃です(泣)。



訪問介護ヘルパー
大貫美穂 Onuki Miho

こんにちは。私はこの夏、ダイエットを決意し、乗りに乗った脂身を汗と共に落とそうと日々、空腹感と闘ってきました！秋先、涼しくなる頃には、結果がでているはずですが…(笑)。はてさて…うふふ♪



訪問介護ヘルパー
日下部久子 Kusakabe Hisako

訪問先で…私の車にシルバーマークが貼ってあると話題に上がっているとのこと。確認してみると、シルバーマークが2枚も貼ってありびっくり(汗)。知らぬ間に主人が貼ったようです(苦笑)。今日も安全運転で〜☆

おしらせ

昨年同様、当施設では7月~8月初旬にかけて、ご利用者様へ「うちわ」をプレゼントさせていただきました。その絵柄は昨年は「桔梗」、今年は「朝顔と金魚」。爽やかな風は、いかがでしたでしょうか？

さて、9月の第3月曜日は敬老の日ですね。今年も昨年と同様に、お赤飯のお届けを計画中です♪ もしかしら紅白まんじゅうも届くかもしれません!? どうぞ皆様、お楽しみに〜☆



心理テスト

Q あなたはフォークで何かを食べようとしています。さて、それは何？

A ハンバーグ B サラダ C ケーキ

A 食べ物へ向かうフォークは、思いを寄せる異性に近づこうとする意志を表しています。これであなたの「成功率の高いアプローチ術」がわかります。

A…効果的なアプローチは「さりげなく」。やみくもに告白するのは×

B…気持ちはストレートに伝えるのが一番。照れずに、勇気を出して！

C…気持ちは間接的に伝えてみて！

(株)ハーベストシーズン

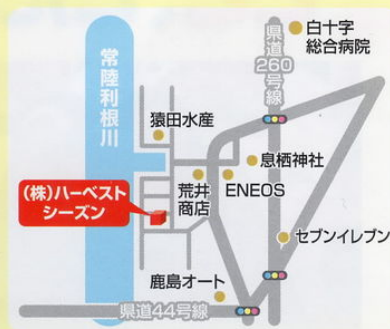
住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

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)



次号は11月初旬頃発行予定。お楽しみに〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第6号

そよ風新聞



発行：(株) ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



*法人理念を覚える特訓中のスタッフ

■人の第一印象は、ほぼ視覚からの情報で決まるので、顔の表情や服装、頭髪等の身だしなみは大切ですよね。私はスタッフから「社長の顔はキツくて怖いんだから、せめて優しく見えるように整形したほうが…」と言われるぐらいに、**キツイ顔つき**だそうです(汗)。こんなことを言われ、「逆パワーハラスメント！」と思うこともありますが、私も自覚しておりますので(笑)。スタッフのなかにも、見るからに**キツイ顔つき**のスタッフがいるので、「笑顔で挨拶！」「笑顔で声かけ！」と、いつもうざったが

られつつも、くじけずに言い続けています。最近では、うざったがられることに喜びを感じていますけどね☆

■ちなみに、当施設の採用の第一条件は**【笑顔】**です。そして、次に**【一芸ができること】**♪例えば、著しく音痴なことなどです。つまり、「笑顔」と「音痴」が備わっていれば、最低ラインの採用基準を満たすことになります(笑)。採用後の必須事項は、法人理念が理解できること。この理念がいつまでも覚えられず…覚えるまで堤防で特訓を命じられたスタッフがいたっけな(笑)。



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本崇子

ここ、こだわってみました



当デイサービス碧の郷でのお楽しみといえば、1月は「寒ブリ一本祭り」、3月は「カニ食べ放題」、5月は「カツオ一本祭り」などのお食事です。そして、昼食としてご提供している「うなぎ」や新鮮な「海鮮類」なども忘れてはいけません☆「どうしてそんなサービスができるの?」といった質問をいただくことがありますが、これは社長：根本の**【利用者さまに感動を与えたい】**という趣旨が根底にあるからです。社長は**【利用者さまとスタッフ一同+私が、一緒に感動(喜び)をわかちあうのだ!】**と豪語しております(笑)。



スタッフから一言



訪問介護ホームヘルパー
阿部裕子 Abe yuko

お陰様で訪問介護の仕事を始めて、一年がたちました。
私は今、園芸にはまっています。苺やミニトマトを栽培しています。夏に鈴なりになっているミニトマトを想像して、今からニヤニヤしています♪



訪問介護ヘルパー
遠藤順子 Endo Junko

私は動物が大好きで、家では犬・猫・オウム・ニワトリなど、たくさん動物を飼っています♪ 毎日のお世話は大変ですが、いつもかわいい姿に癒されています♪ 夏にはもう一匹犬が増える予定なので、今からとても楽しみです！



デイサービス介護職員
松沢淳子 Matsuzawa atsuko

子供が成人したので富士山に登り、インド旅行へ行き、ウォーターバイクの免許を取るぞ！と、どんどん妄想が広がっています(笑)。しかし、実際は(年のせいかな)、まだ手付かずです。いつか実現できることを夢見しています。



デイサービス看護師
窪木良恵 Kuboki yoshie

初めまして。看護師の窪木です★
このたび、ご縁があつてデイサービス碧の郷で働くことになりました。以前は病院勤務だったので、戸惑いもありますが、皆さまに笑顔をお届けできるように頑張ります♪

お知らせ

体が暑さに慣れていない梅雨明け直後の7月下旬。熱中症患者が増えるシーズンの到来です。熱中症は、軽い症状でもそのままにしておくと重症へと進行し、死に至る場合があります。屋外での作業や仕事は、なるべく涼しい時間帯に行なうようにし、急激な運動は避け、休憩と水分補給をこまめに行なうことが大切です。
また、外出時は帽子や日傘で、直射日光を避けてください。服装は吸湿性や通気性のよい素材で、熱を吸収しにくい白系の色がオススメです。

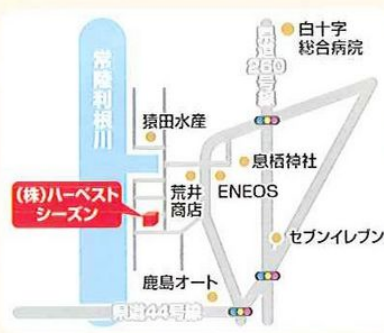


心理テスト

- ① 直感で教えてください。あなたの別荘は、次のうちどこに建っていると思いますか？
A 山の中 B 無人島 C 温泉地
- ② 心に思い浮かべた別荘地は、あなたの精神状態を表しています。これであなたの今の「心のコンディション」がわかります。
A…山は目的へ邁進する心理の象徴。
今のあなたは気力充実！
B…不安事や心配事でダメージを受けているようです…
C…お疲れ気味。十分な休息をとみましょう♪

(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)



次号は9月初旬頃発行予定。お楽しみに～♪

第5号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



■むか〜し、むかし、小学校
の修学旅行で行った箱根。

去年は女3人+5歳児で、2泊3日京都の旅へ。東名高速道路が集中工事中だったので、中央高速道路で京都目指し

■ 去年はデイサービス開業準備(食器仕入れのため)、益子(栃木)へも数回足を運びました。北関東自動車道路が開通してからは益子だけでなく、栃木方面へのアクセスが良くなり、日光、鬼怒川も近くなって日帰りが可能になりましたね。那須や鬼怒川へも足湯作りの参考に数回通ったんですよ。温泉地なのにゆっくり泊まることができず、日帰りでしたけどね…(泣)。



(株)ハーベストシーズン



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってみました



当施設の訪問介護スタッフは、計15名(常勤5名、パート10名)。20代～60代までの幅広い年齢層のスタッフが活躍中です☆ そして、なんと！介護福祉士の資格保持者が60%。**総勢9名が国家資格保持者**です。また、デイサービススタッフは計12名(常勤5名、パート7名)。個性あふれるメンバー達です☆ 介護福祉士の資格保有率は33%で、他に看護師1名、社会福祉主事1名が在籍しています。



スタッフから一言



ディサービス介護職員
栗飯原恵 aihara megumi

はじめまして。ディサービス碧の郷のアイドル!? 栗飯原です♡去年は津波で車が流されてしまって、大変でした(汗)。最近は、仕事の都合でパソコンをマスターする必要があります、猛勉強中! がんばりまーす★



ディサービス介護職員
大石光 ooishi hikaru

神栖市溝口在住。波崎柳川高校を卒業後、大学へ進学し社会福祉を専攻。今は国家資格取得を目指して勉強中です☆ 小学生の時からサッカーを始め、今でも暇さえあればボールを蹴っています。



訪問介護ヘルパー
森田順子 morita junko

お休みの日は、お弁当持参で神之池公園へ遊びに行ったり、自宅で庭の手入れに励んでいます。訪問介護の仕事始めてから1年が経ちました。失敗は数々ありますが(苦笑)、プラス思考で乗り切りまーす!



訪問介護ヘルパー
宇地原タケ子 uchihara takeko

好きな言葉は「感謝・笑顔」です☆ 訪問介護碧の風では、年長クラスです(苦笑)。年齢はひ♡み♡つ♡ですが、まだまだ若い人達には負ける気がしません! 気力・体力の続く限り、がんばります★

お知らせ

5月は消防署の方に協力をお願いして、避難訓練を実施します。実施予定日は、別途お知らせいたしますので、奮ってご参加くださいね。

今回の避難訓練は碧の郷のご利用者様向けですが、将来的にはご近所の皆さまにも参加していただきたいと思います。施設内にはAEDや火災報知機、消火器、避難誘導灯など、非常災害時のための設備と備品を備えてあるので安心です☆



心理テスト

Q サボテンのイラストが描かれた切手があります。これは何円切手だと思いますか?

A 50円 B 200円 C 10円

A サボテンの切手は、トゲのあるメッセージを意味しています。これであなたの毒舌度がわかります。

A…毒舌を冗談として操るあなたの毒舌度は60%。

B…毒舌よりも、お世辞が得意なあなたは20%。

C…無意識に悪口を言いそう。40%!



(株)ハーベストシーズン

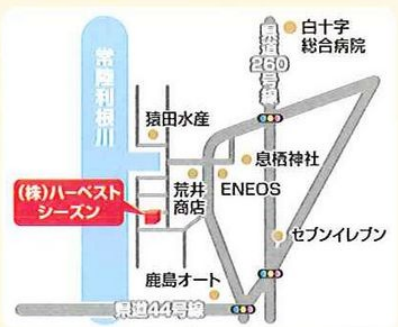
住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

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
ディサービス碧の郷 0299-77-8692

FAX 0299-77-8694 (全社共通)



次号は7月初旬頃発行予定。お楽しみに~♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第4号

そよ風新聞



発行：(株) ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



市息栖(稲荷地区)に住んでいます。

■さて、先日健康診断で総コレステロールと中性脂肪に赤信号が点滅(汗)。長年の不規則な生活と暴飲暴食。そして、運動不足がついに！という感じです…。あわてて青汁とイージーファイバー、ヨーグルトをまとめ買い！(大人買いとも言うらしいですね) 運動不足解消のため

に、デイルームでプログラムバイクをこぐ毎日。通勤を徒歩にすれば、運動量も増えるのですが…。自分に甘く、他人に厳しい私でした(苦笑)。

■健康診断といえば、会社で行なう健康診断は、いつも白十字総合病院さんの検診センターで行なっています。また、インフルエンザの予防接種は、訪問診療のユビキタスクリニック、内田医師にお越しいただいてお願いしています。関係の方々、いつも本当にありがとうございます♪



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってみました



去る1月20日、デイサービス碧の郷にて、新年会と題しまして【寒ブリ一本祭り】を開催いたしました♪ 神栖市知手にある【割烹秀月】さんのマスターにお越しいただき、プロの板前さんの腕を披露していただきました。脂がのったブリは、お刺身とブリ大根で堪能♥ 午後は職員による演芸やショーで盛り上がり、ご利用者様の歓喜の声があふれる幸せな1日となりました。



スタッフから一言



デイサービス介護職員
内濱直人 naoto uchiyama

結婚して初めて子供が生まれたばかりの新米パパです。
いつも社長から「父親になったんだからしっかりしろ!」とハッパをかけられています(汗)。社長に呼び出されると、ビビリまくりです(苦笑)。



訪問介護ヘルパー
齋藤きづ子 kikuko saito

美容と健康のためにヨガと速足ウォーキングを続けていますが、効果が出るどころか体重増加でびっくり! これではヤバイと、寒さに負けず、自転車で通勤することも…。これからは春風につけて頑張ります!



デイサービス介護職員
金沢郁子 ikuko kanazawa

3人の子供を育てながら、介護の仕事始めて5年になります。
同僚から変人扱いされることもありませんが、幸いにもストレスを感じておりません(笑)。子育てでは、特に子供のサッカーに力を入れています♪



訪問介護ヘルパー
杉山千恵美 chiemi sugiyama

潮来市在住の杉山です。
月日の流れは早いもので、介護の世界へ飛び込んで、あっという間に4年が経ちました(^_^; 愛娘が今年で3歳になります。活発な女の子なので、毎日が格闘です(笑)。

お知らせ

①ハーベストシーズンの庭に、【足湯】が完成しました。炭酸泉を使用したお湯で、ぽかぽか・ぬくぬく♪ 当面は、ボランティアに参加していただいた方を対象に開放いたします。



②この度、ハーベストシーズンでは食品営業許可を取得いたしました。当施設をご利用されている方限定ではございますが、夕食の弁当を350円でお届けします。お届けは、午後3時30分以降となります。

心理テスト

① ギギギギ…と音をたてながら開くドア。このドアの向こうに、何かがいます! さて、何がいると思いますか?

A エイリアン B ゾンビ C グリタ

② 恐怖と笑いのセンスは、心理的に似ているといわれています。この質問であなたのギャグセンスがわかります。

A …笑いにこだわりがあり、ハイレベル。

たまにはわかりやすい冗談を。

B …あなたのギャグセンスはやや低め。

ギャグには、タイミングも大切です。

C …あなたのセンスは、おやじギャグレベル! もっと磨きをかけましょう♪



(株)ハーベストシーズン

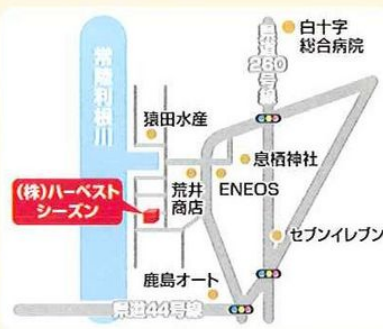
住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

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)



次号は5月初旬頃発行予定。お楽しみに~♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第3号

そよ風新聞



発行：(株)ハーベストシーズン 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782 ※お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

DONのつぶやき



■新年、明けましておめでとうございます。ハーベストシーズンでは、デイサービスの開業に伴い、ケアプランと訪問介護の引越しを行ないました。いつもお世

話になっているご利用者さまやご家族の皆さま、各関連機関の皆さまのおかげで、「碧」シリーズの3事業所が揃って新しい建物で新年を迎えることができました。皆さま方には、深くふかく感謝をいたしております。本当にありがとうございました。

■さて、昨年の11月より息栖神社さんの清掃作業をお手

伝いさせていただいています。「明るい社会づくりの会」さんが、毎月28日に清掃ボランティアをしていらっしゃるということで、私たちも一緒に参加しているんですよ。もちろん、例のごとくスタッフたちも強制参加！ いえいえ、自主参加で(笑)。実は初回参加の11月は、お手伝いをした翌日、筋肉痛で体を思うように動かせず、普段の運動不足を痛感した次第です。

■そよ風新聞を読んで興味を持たれた方は、28日(変更になる場合があります)に息栖神社へ参拝がてら、お立ち寄りくださいね。



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

ここ、こだわってみました



12月1日にオープンしました碧の郷。今回は、自慢の家庭料理を紹介させていただきます。

メインの調理担当者は、鶴澤真佐代(うざわまさ

よ)。食器類は料理が引き立つように益子焼きを選びました。調理場は厨房というよりも、家庭のキッチンに近い仕様です。建物の中心に調理場が位置しているため、お昼が近づくと食欲をそそる良い匂いが施設中に漂います。今後は、視覚・嗅覚・味覚と三拍子揃った「食べる楽しみ」を支援させていただきます。



スタッフから一言



デイサービス管理者
秋田真里子 mariko akita

前号で「使いっぱり」と紹介された私ですが、この度めでたく「デイサービス管理者」に昇格しました(笑)。私は若い時からよくニューハーフに間違えられることが多かったのですが、最近はオッサン化したとの噂があります…(苦笑)。



デイサービス生活相談員
久保木テル子 teruko kuboki

私の誕生日は白鷺と同じ3月11日で、奇しくも東日本大震災の日です。気は優しく、カもち♪ 考え方が古いとよく言われますが、日本女性としては当然のことだと私は思っています！ こんな私ですが、よろしくお願いします。



訪問介護サービス提供責任者
齊藤富士子 fujiko saito

私は歩くことが嫌いでした。しかし、1年前に愛犬を飼い始めてからは、朝と夕方に散歩に出掛けるようになりました。運動不足が解消されて、愛犬には感謝しています。散歩を続けて、体力バッチリで頑張ります♪



訪問介護ヘルパー
大津久美子 kumiko otsu

介護の仕事を始めて5年。忙しいながらも充実した毎日を送っています。新しく開業した碧の郷には「足湯」があるので、ご利用者さまやスタッフ達と一緒に、仲良く並んで温まりたいなあ〜♪

お知らせ

去る11月の「碧の郷」内覧会には多数の方々にご来場いただき、誠にありがとうございました。万人向けのデイサービスとはいきませんが、たくさんの方に何らかの形でお力に添えることができればと思っています。

また、体験利用や見学は随時受け付けておりますので、担当のケアマネージャーさんにお問い合わせいただくか、当社担当窓口：秋田までご連絡ください。

「新しい愉しみを創造する」を合言葉に、これからもスタッフ一同精進してまいります。



心理テスト

Q 喫茶店で待ち合せ中に、あなたの白いTシャツに飲み物のシミがついてしまいました。さて、それはどんな飲み物ですか？

A 紅茶 B ココア C ジュース

A 白いTシャツにシミがつくことは、経歴が汚れることの暗示です。また、喫茶店での待ち合せは、男女の関係を表しています。これで、将来あなたがバツイチになるかどうかの危険度がわかります。

A…バツイチ危険度50%。

B…危険度は、かなり低めの10%♪

C…常に鮮度を求めるあなたは70%！

ご注意ください。



(株)ハーベストシーズン

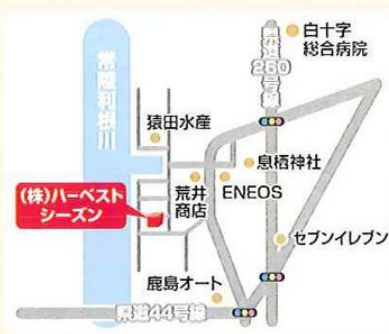
住所 〒314-0133 茨城県神栖市息栖 3079-782

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)



次号は3月初旬頃発行予定。お楽しみに〜♪

ハーベストシーズンが
お送りする

第2号

そよ風新聞



発行:(株)ハーベストシーズン 〒340-0133 神栖息栖3079-871 ケアプラン碧の空:0299-77-8691 訪問介護碧の風:0299-77-8697

DONのつぶやき



■創刊号で私は雑用係だとお伝えしましたが、雑用係もだんだんと忙しくなってきました。近頃では、ボランティアの皆さんと「そよ風新聞」などのポスティング

に励んでいます。とは言っても、指示出しのみなので非難を浴びておりますが…。

■最近のマイブームは、献血です。先日はケアプランの2人を業務命令で、カインズホームさんの駐車場の献血車へ強制連行しました(笑)。1度目はホームマックさんの駐車場の献血車へ連行したのですが、あいにく2人とも服薬の

関係でできず、ようやく2度目で無事に世のため人のためになることができました。

こんな社長(私)について来るスタッフは、なかなか大変だろうなあ…と思うこともありますが、まあそれも個性ということで(苦笑)。

■さて、デイサービス施設の開業に先駆けて、ケアプランと訪問介護の引越しを行います。訪問介護の管理者大槻たつての希望で、事務イスはピンクを用意しました。何はともあれ、スタッフが働きやすい環境を整備するのも私の役目ゆえ。



(株)ハーベストシーズン
代表取締役 根本栄子

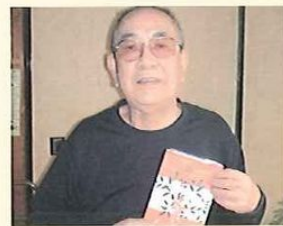
ここ、こだわってみました



去る9月15日(旧敬老の日)にハーベストシーズンをご利用いただいている皆さまに、お赤飯をお届けさせていただきました。

溝口の三宅商店さんをお願いしたお赤飯は、味も色も丁度良く、皆さまにとっても喜んでいただけたようです。

これからもハーベストシーズンのプチサプライズをお楽しみに〜♪



スタッフから一言



使いっぱい(笑)

秋田真里子

mariko
akita

新しく開業する「デイサービス碧の郷」で勤務予定です。最近が開業準備のため、連日事務所へおじゃましていますが、もっぱら社長の使いっぱい…。職員さん達には、ウザいと言われている(苦笑)。早く素敵な仲間と出会えるように祈ってます!



ヘルパー

河内紀子

noriko
kawachi

当施設は気持ちの良い仲間ばかりで、私はみんなにいろいろな相談をしてみたいです。もちろん、愚痴を聞いてもらうこともたまにはありますが(笑)。おかげ様で、いつも楽しく仕事ができます♪



ヘルパー

中村しげ美

shigemi
nakamura

訪問介護の仕事を始めて8年目。下手な車の運転で、移動に苦労することがありました。そのため、今でもゆっくり運転で走っています。これまで出会った方々にたくさんのお力をいただきました。これからもよろしくをお願いします。



ヘルパー

小山千代美

chiyomi
oyama

介護の仕事を始めて、9年目になりました。健康第一と思っていますが、なかなか体重を減らすことができません。運動とプール通いで、なんとか減量できるといいなあ。

お知らせ

デイサービス碧の郷(あおのさと)の建築がだいぶ進み、完成の日が近づいてきています。

木造の建物は、大家族をイメージして設計しました。ペアガラスと床暖房を完備しておりますので、快適な居心地空間がご提供できると思います♪

11月中旬には内覧会を予定しておりますので、日程が決まり次第、改めてお知らせさせていただきます。皆様、お気軽にお立ち寄りくださいね!



心理テスト

Q 雨の日に窓から外を眺めている人がいます。この人が見ているものは何でしょう? A 遠くの山 B 雨雲 C 庭の花

A 雨の景色を眺める行為は、内省的になっている心の表れ。この質問で、あなたの「恋愛未練度」がわかります。

A…終わった恋は過去のこと。恋愛未練度は30%以下。

B…恋愛を良い思い出とするあなたは、恋愛未練度50%。

C…別れた後もなかなか諦めきれない。あなたは恋愛未練度90%以上!



(株)ハーベストシーズン

- 住所** 〒314-0133 神栖市息栖3079-871
- 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
- FAX** 050-3737-1263(全社共通)



次号は1月初旬頃発行予定。お楽しみに~♪