



# ほっと

2025年～冬号～

令和7年1月発行 Vol.21

発行：有限会社ホットケアセンター  
広報委員会



ホームページ：<https://hotcare.jp/>

HOT255400

新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。旧年中は格別のご厚情を賜り、厚くお礼申し上げます。弊社はおかげさまをもちまして創立20周年を迎えました。昨年は「看多機ほっとの家・港町」と「有料老人ホームほっと」を開設しサービス拠点が3カ所になりました。今後も皆様の声をお聞きしながら職員一同、一層努力してまいります所存でございます。皆様にとって幸多き一年でありますようにお祈り申し上げます。本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

2025年

代表取締役 山根優子

## \*新規事業の紹介\*

令和7年2月17日開設

## 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 「定巡ほっと・くるくる」

特徴

「自宅でいつまでも暮らしたい」「自分でできるが増える」をお手伝いします。

- ・24時間365日の対応、1か月ごとの定額料金
- ・要介護1～5の方で、浜田市(事務所から30分以内)にご住所がある方がご利用いただけます。
- ・月途中の開始や中止の場合は日割りで計算、短期間のご利用も可能
- ・今まで通りのデイサービス・ショートステイも利用可能(定期巡回の料金が減ります)

### ～夜間対応型(同時開設)～

- ・夜間の不安があり、日中は今まで通り、顔なじみの在宅支援やデイサービスを受けたい方
- ・もう少し遅い時間にヘルパーさんが入ってくれたら・・・とお考えの方

## 基本の4つのサービス

### 定期巡回サービス(ヘルパーの定期訪問)

ヘルパーが1日複数回短時間定期的に訪問します。

(起床・就寝支援・食事・排泄支援・服薬・洗濯等)



### 訪問看護(看護ニーズにも対応)

看護職員が訪問し病状観察・ケア・相談等を行います。

看護師の訪問が必要ない方にも、月に1回訪問します。



### 随時対応サービス(緊急時の通報・相談)

24時間365日連絡に対応します。



コール

訪問

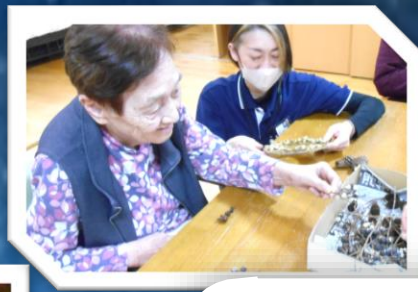
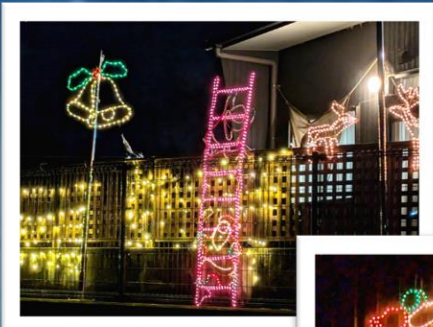


### 随時訪問サービス(いざという時も安心)

必要に応じてヘルパーが訪問します。

担当のケアマネージャーさんにご相談ください。

連絡先 0855-25-5439 (担当:藤田)



クリスマスリース  
作りをしました。  
ほっとの家



今年もイルミネーションを開催  
しました。 地域交流委員会

## 脳トレ 問題



### あるなしクイズ

5つのヒントから何のことを指している  
か答えて下さい。

- ①月見はあるけど、団子はない
- ②きつねはあるけど、嫁入りはない
- ③タヌキはあるけど、アライグマはない
- ④ザルはあるけど、オケはない
- ⑤天ぷらはあるけど、フライはない

お答えは ⑤です

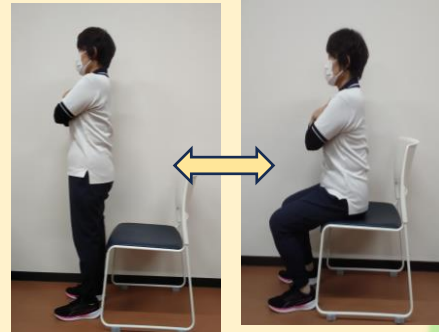
## 冬の体力低下を予防しよう



### 椅子を使ったスクワット

- ☆効果：
- ・下肢の筋力強化
  - ・立ち上がりのふらつき予防
  - ・安定した歩行

- ☆ポイント：
- ①体を前に倒す
  - ②膝に体重を乗せる
  - ③椅子にお尻が付いたら  
すぐに立つ
  - ④5～10回を目安に行う
  - ⑤ふらつく方は手すりを  
持って行ってください



## 本社

〒697-0062

浜田市熱田町705番地1

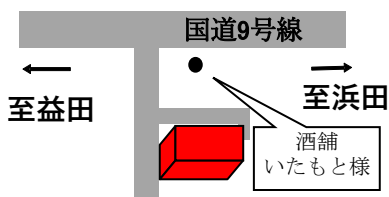
訪問看護ステーションほっと

☎0855-25-5400

介護屋さんほっと ☎ 25-5439

介護プランほっと ☎ 25-5225

看多機ほっとの家・熱田 ☎ 25-5220

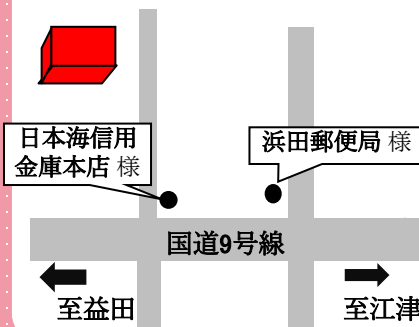


## ほっとリハ

〒697-0027

浜田市殿町61番地8

☎ 0855-28-7811



## 有料老人ホームほっと 看多機ほっとの家・港町

〒697-0052

浜田市港町199番地1

看多機ほっとの家・港町

☎0855-25-5008

有料老人ホームほっと

☎0855-25-5058

