



ほっと

2026年～冬号～

令和8年1月発行 Vol.25

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

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

旧年中は格別のご高配を賜り、誠にありがとうございました。

弊社は昨年2月に夜間対応も可能な「定巡ほっと・くるくる」を開設し、さらに12月には「看多機ほっと・熱田」を本体事業所として正式に稼働させる運びとなりました。

本年も、これまで以上に地域の皆様に寄り添い、良質で温かなサービスの提供に努めてまいります。引き続きご支援、お引き立てを賜りますようお願い申し上げます。

皆さまのご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

令和8年 元旦

代表取締役社長 山根優子

ちよこっと 事業所紹介☆

～「看多機ほっとの家」 編～

『ほっとの家・熱田』は令和7年12月1日から本体事業所として新たにスタートしました。

『ほっとの家・港町』と2つの本体事業所としてより充実したサービス提供を行います。



看多機とは



ほっとの家・港町



ほっとの家・熱田

医療ニーズのある方も住み慣れた場所で生活できるよう支援するサービスです。
「訪問看護・訪問介護・通い・泊まり」のサービスを1つの事業所で提供します。



- 点滴や在宅酸素など医療処置が必要な方もご利用できます。
- 日常生活リハビリや理学療法士によるリハビリに取り組んでいます。
- 外出支援やレクリエーションを行っています。

ノ	ハ	ク	サ
カ	キ	ケ	コ
カ	キ	ケ	コ
ノ	ハ	ク	サ

かんてん

ご長寿さんにインタビューしてみました

Q.ご長寿の秘訣は？

思ったことを好きなように書く。
ストレスが無い事。



102歳

Q.趣味は？旅行！

Q.好きな食べ物、食べてみたいものは？

何でも食べてみたい、好き嫌いなし。

Q.何でも書いてください。困っている事は？

別にないけど、自分を大事にするのは忘れてはならない。皆さんと食事するのが楽しい。

ご利用者のK.Yさん
有料老人ホームほっと入所中
週2回 看多機ほっとの家に
通われています。

脳トレ問題

1	オ	2		3	
4		ン			
5				6	
7	ボ				イ

タテのカギ

- 1 年末に1年お世話になった人に感謝の気持ちを込めて贈る品物
- 2 電車やバスなどに乗った時に支払うお金
- 3 無意味な争いはさけて相手に勝利をゆずれば、最終的に利益につながるということわざ「負けるが〇〇」
- 6 冬は牡蠣などの「二枚〇〇」から感染するノロウイルスに注意が必要

ヨコのカギ

- 1 ビール瓶などのフタの呼び名で、ひっくり返したときのギザギザの形が名前の由来
- 4 長さの単位「cm」の読み方は「〇〇〇メートル」
- 5 年末に神社や寺で開かれる縁日で、正月飾りや縁起物などが売られている「歳の〇〇」
- 7 松などを鉢植えにし、大きな自然を小さな鉢の中に再現していく日本の伝統文化

お食事前の姿勢チェックとかんたん体操

姿勢の確認



あごの位置に気をつけましょう
前に出すぎいませんか？

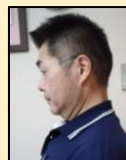
おしりから背中、頭のてっぺんまで
できるだけまっすぐ伸ばします

あさく腰かけず、
しっかり深くすわります

足が浮いていませんか？
しっかりと足の裏を
床につけましょう

あごの体操

首はあまり動かさず
あごをゆっくり
上げ下げします



熱田町(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

定巡ほっと・くるくる ☎ 25-5439

介護プランほっと ☎ 25-5225

看多機ほっとの家・熱田 ☎ 25-5220

セリヌ様 ● ● ● ながの歯科様

国道9号線

← 至益田

→ 至浜田

酒舗
いたもと様

(有)ホットケアセンター

殿町

〒697-0027

浜田市殿町61番地8

ほっとリハ

☎ 0855-28-7811



ほっとリハ

日本海信用
金庫本店様

浜田郵便局様

国道9号線

← 至益田

→ 至江津

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

(有)ホットケアセンター



ゆめタウン様

国道9号線

浜田合同庁舎

← 至益田

→ 至江津