

ほほえみ新聞

Vol.360

発行日/令和8年2月10日
編集・発行/ほほえみグループ



ほほえみ♥グループ

高齢者医療と介護

医療法人
ほほえみ会

ほほえみ 株式会社
ほほえみ 診療所

ほほえみグループの安心

① 健康・医療サービスの充実に努めます

ほほえみグループには、ほほえみ診療所(広島)とクリニックほほえみ(呉)があり安心して過ごしていただけます。また、提携医療機関と連携し、あなたの健康を守ります。

●広島記念病院様 ●県立広島病院様 ●中電病院様 ●マツダ病院様

② 寝たきり状態になってもお世話をさせていただきます

現在あるいは将来、寝たきり状態になっても、ほほえみグループの医療介護サービスを利用し、さらに地域の医療介護機関と連携しながらお世話させていただきます。(但し、状況によってはグループ内で施設をかわっていただくことがあります。)

③ 最期までお付き合いさせていただきます

ご本人、ご家族の意志を尊重した終末医療(ターミナルケア)を心がけます。身体状況が悪化したり、他施設への入所が決まった際にも責任を持って紹介業務や転院のお手伝いをさせていただきます。(胃ろう造設されている方も対応可能です。)

④ 認知症になってもお世話をさせていただきます

認知症専門医師の診療や介護相談を受けることができます。認知症の症状がある方や、認知症を将来発病されても粘り強く対応させていただきます。(但し、自傷他害の強い問題行動がある場合は一時的に精神科病院等に転院していただくことがあります。)

URL <http://hohoemi-gr.jp>

ほほえみグループ

検索



運営懇談会

ほほえみグループ各施設では、ご入居者様のご家族様にお集まりいただき、定期的に運営懇談会を開催させていただいております。

日頃より施設運営にご理解とご協力を賜っていることへの感謝の気持ちをお伝えするとともに、施設運営状況や今後の取り組み、健康管理や安全対策、職員体制や有資格者の配置状況、ご入居者様の日々のご様子などについてご報告させていただいております。

又、ご出席いただいた皆様から、日頃感じておられることや施設へのご要望など貴重なご意見を多数お寄せいただきました。

今後も職員一同、ご入居者様お一人おひとりに寄り添い、

ご入居者様・ご家族様とのつながりを何より大切にし

安心・安全で、笑顔あふれる施設づくりに取り組んでまいります。



ほほえみ通信



2026.1/31までのご報告をお届けします

2026
February 2

※ほほえみグループは、個人情報保護の重要性を認識し、「ほほえみ通信」の写真には画像処理を施しております。
ご理解の程、何卒宜しくお願い申し上げます。

ほほえみ呉 デイサービス5F

「新年会」

寒暖差が激しく、皆様体調管理がとても大変そうですがデイサービスのご通所者様は今月もお元気そうです。今年最初の行事は「新年会」と題し、楽しんでいただきました。午後は椿の吊るし飾り作りですが、ある程度のところまではスタッフが準備を行い、最後の飾りつけをそれぞれで貼り付ける簡単な作業でしたが、楽しそうに談笑しながら仕上げる事ができていました。午後からは1月の遊び「福笑い」です。悪ふざけで出っ歯や鼻毛がとび出したものなど何種類もある目・鼻・口を選び、目隠しでご利用者様やスタッフの声を頼りに貼っていただきましたがいろいろな顔が出来上がり、目隠しを外したとたん、笑いが起こっていました。最後は、今年も笑いの絶えない1年になることを祈願し、スタッフによるどじょうすくいを披露。予想通り、手をたたきながら大爆笑!!今年もご利用者様を楽しませようと、やる気満々のスタッフ達で幕を閉じました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ呉 デイサービス6F

「新年会」

1月12日に「新年会」を開きました。午前中はお金を支払っていく人生ゲームのような「すごろく」を行いました。3チームが、100万円ずつ玩具の札束を持ち金として、くじを引きながら止まったマスに書かれている通りに計算して支払っていただき最後にたくさん所持金が残ったチームが優勝するゲームです。宝くじが当たるマスで喜んだり、車を買ってローンを支払う事になり溜息が出たり、ワイワイと楽しくゲームを進めることができました。午後からはお楽しみの宝くじ。1～50までの好きな数字を3つ書いて、3つとも当たったら、好きな景品と交換。自分の数字が呼ばれるのを嬉しそうに皆様、待っていました。おやつの前には、正月らしく、こま回し大会も開催。さすが年の功。上手な回し方を教えてもらいました。おやつは、おしるこをいただき、皆様の顔もほっこり。今年も楽しくスタートできました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ呉 デイケア

「新年会」

呉デイケアでは1月8日(木)行事「新年会」を行いました。午前中は呉市の「氏神様」「亀山神社」の破魔矢を持って写真撮影を行いました。今年の干支は午年よ!亀山神社の破魔矢なんよ〜と話しながらご利用者の皆様に思いおまいのポーズをとってもらって「ハイ、チーズ」、晴れ晴れとした姿でした。午後からは「新春カラオケ大会」です。昭和の名曲から演歌、童謡と選曲さまざまです。マイクを握ると少し緊張されてましたが、歌い始めると表情は一変し、元気な歌声がフロア一っばいに響き渡り、歌に合わせて手拍子や、周りの方が口ずさんだりと盛り上がりました。その後は楽しみにしていたおやつ時間がやってきました。カフェオレを飲みながら「新春どらやき」を食べていただいて「おいしかった〜」「午年の干支のどらやきじゃね」と話に花が咲きあつという間に楽しい一日が終わりました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ 呉東

「新年会」

ほほえみ呉東では1月10日(土)行事「新年会」を行いました。毎年恒例のお餅つきです。ご利用者の皆様にハッピーを着ていただき、1人ずつポーズをとって写真を撮りながら、杵でお餅をついていきます。皆様それぞれの表情があり、普段は見られないような顔を見ることができて、とても盛り上がりました。午後のおやつには、職員特製の善哉を皆で食べて、お正月気分満喫の良一日となりました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ 呉中央

「新年会(書き初め)」

新年明けましておめでとう御座います。1月ほほえみ呉中央では、新年会として毎年恒例の書き初めを行いました。最初に今年の干支が馬(午)である事を伝え、新年今年のやりたい事、(行きたいところ、食べたい物、好きな言葉等)自分で考えていただき自由に書いていただきました。上手く書けないと言われるご利用者様には、書き初めの書きたい事を会話を交えスタッフが代筆、二人三脚で書き初めを行いました。また、お正月気分を味わっていただくためにおせち料理、七草粥、おしるこなどを提供。今年も存分にお正月気分を味わっていただけたと思います。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ 呉安浦

「新年食事会」

ほほえみ呉安浦では、1月1日に「新年食事会」を開きました。新年を迎えご利用者様のご健康とご多幸を願い、皆様でお正月料理を囲みました。お刺み、えび、ちらし寿司に目を輝かせ「どれから食べようか」と迷われる方、無言で黙々と食べられる方とそれぞれでしたが、皆様色とりどりに飾られたお料理を前に自然と笑顔になっておられました。皆様が今年もお元気で穏やかにお過ごしいただけますよう、ほほえみ呉安浦スタッフ一同精進してまいります。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ つばき

「初詣」

あけましておめでとうございます。本年も宜しくお願い致します。新年という事でほほえみ神社に初詣を行いました。ご利用者様順番に1人、1人参拝していただきます。お賽銭をいれてしっかり祈願します。その後はおみくじをひきます。「大吉じゃあ」「私は末吉だった、末広がりでいいね」等言われて盛り上がりました。最後に皆でぜんざいと甘酒をいただいて1年の始まりを祝いました。



ほほえみ 広国際通り

「絵馬とおみくじ」

ほほえみ広国際通りでは、1月11日(日)に絵馬作りとおみくじ引きをしました。まずは絵馬に今年の願い事を書いていただきました。皆様「何を書こうかね」と真剣な表情で思いおもいに願いを込めて書かれ、なかには今年の干支の午をサラッと描かれる方も。出来た絵馬はほほえみ神社に奉納したあとは絵馬掛けに吊るし、フロアに飾りました。おみくじでは大吉を引かれ満面の笑みで拍手をされ「ええ年になるわ」と喜ばれていました。素敵な願いが込められた絵馬がたくさん完成し皆様の笑顔があふれるおみくじタイムとなりました。皆様の願いが叶い、幸せな1年になりますように。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ 呉蔵本通り

「初詣」

新春の候、ほほえみ呉蔵本通りでは毎年恒例の「ほほえみ神社」を設置し、ご入居者様やご家族様に参拝していただきました。謹賀新年のお祝いの言葉と宮島の弥山から見る初日の出と共に、皆様の健康祈願のお手伝いをさせていただきました。また、今年はおみくじの中に数枚大当たりカードを入れ、見事大当たりを引き当てた方へはプレゼントを差し上げ、ご入居者様のみではなく、ご家族様にも大変喜んでいただけました。「今年はここが違うのね」と毎年少しずつ変化しているほほえみ神社を楽しみにしてくださっている方もおられました。午は、飛躍や前進の象徴と言われています。明るく前を向く力を象徴する午年。今年もご入居者様一人ひとりの想いに寄り添い、笑顔あふれる日々を大切にまいります。



ラ・ポルトほほえみ・エクセレント

「ほほえみ初詣」

1月1日～3日、ラ・ポルトほほえみでは館内に「ほほえみ神社」を設置し、毎年恒例の「ほほえみ初詣」を開催いたしました。密にならないよう日にち、時間を分け、ご入居者様にご参拝いただきました。「今年も元気に過ごせますように」「家族みんなが幸せでありますように」皆様それぞれに思いおもいの願いを込めて、手を合わせていらっしゃいました。お参りの後には、「気持ちがあずかりましたよ」「ええ一年になりそうじゃね」と笑顔でお話しくださる方もおられ、館内はあたたかな雰囲気になっていました。私たち職員一同も、ご入居者様が安心して毎日を過ごしていただけるよう、心を込めてサポートしてまいります。皆様の病氣平癒と健康長寿、そしてご家族様の幸せを、心よりお祈り申し上げます。



ほほえみ診療所デイケア

「小正月」

1月15日にデイケアではそれぞれの部屋で小正月の催し物をしました。小正月にちなんでAユニットでは午前中に『とんど焼き』にちなんだゲームと午後には花車の飾りつけを行いました。Bユニットでは年間の祝日や二十四節気を目で見てわかりやすくしようということで皆様と各月の台紙に分担して飾りつけを行いました。午後には小正月の飾り『餅花』の飾りつけを行いました。小正月というあまり聞き慣れない催し物でしたが、実はとんど焼きなど「そういえば昔はしていたね」と皆様が口々に話される様子や飾りつけたものを見て喜ばれる姿がとても印象的でした。



ほほえみ 矢野

「新年会」

ほほえみ矢野では、1月「新年会」を開催しました。まず、1月の方の誕生日会を行いました。100歳を迎えられた方のご紹介をすると「すごい」と歓声が上がりました。次に、音楽が流れてほほえみ笑点が始まりました。職員の自己紹介から始まり、お題で「～ぼう」の～の部分を考えてもらい、どろぼうやくいしんぼうでは笑いが起こっていました。最後になぞかけを行い、難しいなぞかけでもご利用者様も考えて正解をされて座布団を獲得されました。職員の座布団が一気にとられた際には大笑いが起こりました。沢山、笑った後は各階に戻ってぜんざいを食べました。



ほほえみ 安芸路

「元旦」

今年の元旦は晴天にも恵まれ穏やかな年明けとなりました。(2日は寒波に見舞われましたが…)ご入居者様は施設で提供されたお節を召し上がった後、職員達も交えてゲームをしたり歌を歌ったり、ご家族様のご面会もあったりと皆様まったりと過ごされました。この記事がお手元に届く頃にはもう早いもので2月。『1月はいぬる、2月は逃げる、3月は去る』とのことわざは本当に納得です。今年もご入居者様が安全にお過ごしになれます様に…。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ 広島西

「元旦」

広島西では元旦におせち料理を召し上がっていただきました。皆様いつもと違うお正月料理を喜ばれました。お食事のあとは、皆様で干支のしめ縄飾りを作られかわいいと喜ばれました。その後、ほほえみ広島西神社(館内の手作り神社)に初詣。「ほんとに初詣に来たみたい!!」おみくじも「わあ一大吉!!」とお正月気分を満喫されました。今年も皆様に笑顔でお過ごしいただけるよう職員一同がんばります。どうぞよろしくお願いいたします。



ほほえみ みゆき

「お正月」

新しい年を迎え、1階ロビー、食堂、2・3階のロビーがお正月の生け花や飾りでとても華やかな雰囲気になりました。1階のロビーの生け花は、食堂の入り口に飾り、降りてこられる度に「すごく立派できれいなね」と喜んでいただき、また、各階、食堂の飾りつけは、ご入居者様にもお手伝いいただき、とても華やかで楽しい飾りつけになっています。職員一同、今年も笑顔あふれる日々を大切にしていきたいと思ひます。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

【第22話】 ほほえみスタッフAの独り言(九つ目)

—— MCIになる前に一考「往生死」(Ⅳ) ——

第19話より「往生死」について考えています。前話(第21話)の続きです。

翌日、Aさんの部屋を訪問しました。汗を多量にかき、苦しそうな表情をされており、私の経験上、抗生剤等の投与と点滴治療により今の状況は改善する確率が高いという思いが浮かびました。「もう一度娘さんに相談しようか？」と考えた超エゴな私がいました。

夕方になり、娘さんは仕事が終わってから訪室され、お父様のベッドサイドに座って話しかけたり、持参した食事を食べたりして過ごされていました。内科医としての思いを考えると、「強烈な葛藤状態にあったのか」、「超越した穏やかな気持ちだったのか」、その間を揺れ動いたのか？

私は傍にいて話を聞いて同じ時を過ごし、娘さんに再度の治療を言い出せませんでした。医療やケアする側の気持ちではなく、ご家族の気持ちの「傍に在るだけの存在」が必要だと身をもって感じました。「支える」なんて「おこがましい」とも。

その5日後、Aさんは亡くなられました。後日、娘さんが遺品整理に来られました。目を合わせお互い「ほほえんで」頭を下げるだけで会話はありませんでした。

延命治療の是非についての私の考えです。

1.ご本人の意志表出が難しいときは、ご家族に相談してその是非を委ねる。

あらかじめご本人の意志の確認が出来ればbetter(例えば意志表出が難しくなった時は延命治療を望まない)。

2.医療従事者は場合によっては「治療する」とか「支える」のではなく、「傍に在るだけの存在」になることもある。

文責：平川 晃

☆こんにちは！ 株式会社 千成 です☆

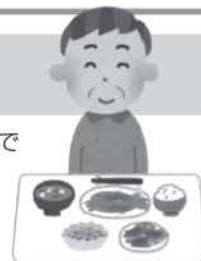
食事で花粉症対策



まだ寒い時期ではありますが、花粉の飛散を感じている方がいらっしゃるのではないのでしょうか。

「花粉症」の症状が少しでも和らいだらいいのに……

そんな方へ今回は、食事でできる花粉症対策をご紹介します！



食事のポイント

免疫機能を整える

【発酵食品】

善玉菌(乳酸菌やビフィズス菌)で腸内環境を整える。



【食物繊維】

腸内の善玉菌のエサとなり、整腸作用を助ける。



アレルギー症状を緩和させる

【n-3系脂肪酸】

油の一種。アレルギー反応を引き起こす物質(ヒスタミン)の鼻水やくしゃみ、かゆみといった炎症反応を抑える。

α-リノレン酸

しそ
えごま油
アマニ油



DHA

青背魚



EPA

青背魚



ご利用者の満足、地域の信頼を得て広島と呉で介護施設をご用意。

医療法人 ほほえみ会®

〒737-0046
呉市中通一丁目2番3号
TEL(0823)21-2525 FAX(0823)21-2711

ほほえみ株式会社®

本社
〒730-0022
広島市中区銀山町3番1号ひろしまハイビル21
TEL(082)541-2527 FAX(082)248-1500

ほほえみ診療所

〒730-0024
広島市中区西平塚町4番15号
TEL(082)541-2528 FAX(082)541-2529



広島地区 総合案内 TEL.082-541-2525

1 La Porte Hohoeimi 本館棟
ほほえみ有料老人ホーム
エクセレント[介護付]
(特定施設入居者生活介護)
■入居定員/85名

ほほえみ有料老人ホーム
エクセレント[住宅型]
■入居定員/33名

看護士・介護士が24時間365日施設に常駐。診療所が併設し、安心の医療体制。又、認知症専門医の診療が受けられます。医療・リハビリの国家資格を有する専門職が毎日フロアで集団リハビリや個別リハビリを実施。

■ほほえみ診療所(在宅療養支援診療所)・内科・神経内科・精神科・訪問歯科・皮膚科入居者様の定期的な診療と治療。
■重度認知症ケア併設
専門のケアにてリハビリを行います。
■エクセレント鍼灸院

1 2 3 医療と介護の複合施設として、安心できる環境をお届けします。

広島市中区西平塚町4-15 TEL.082-541-2525

6 ほほえみ有料老人ホーム
みゆき[住宅型]

■入居定員/38名
■入居対象者/要介護の認定を受けている方。経営栄養可。
ターミナルケア(終末ケア)を実施。家庭的な環境のもとで、安心とやすらぎをご提供させていただきます。

広島市南区宇品御幸1丁目15-7 TEL.082-254-0067

呉地区 総合案内 TEL.0823-21-2525

1 クリニックほほえみ呉

◆重度認知症ケア
◆デイサービスセンター
地域に根付いた高齢者の方のための医療施設を目指しています。

呉市中通1丁目2-3 TEL.0823-21-2525

2 介護老人保健施設
ほほえみ呉中央

■定員/88名
■入居対象者/要介護1以上の認定を受けている方。
認知症の方から寝たきりの方まで様々な介護の必要な方に対応できるよう、施設で体制をつくり取り組んでいます。

呉市中央5丁目1-6 TEL.0823-32-5678

2 La Porte Hohoeimi グループリビング棟
ほほえみ有料老人ホーム
エクセレント[介護付]グループリビング棟
(特定施設入居者生活介護)
■入居定員/介護付34名・住宅型2名

ほほえみグループホームエクセレント
(認知症対応型共同生活介護)
■入居定員/18名
9名1ユニット(計2ユニット)

広島市中区西平塚町7-1 TEL.082-541-2525

8 ほほえみ有料老人ホーム
広島西[住宅型]

■入居定員/32名
■入居対象者/要介護の認定を受けている方。デイケア利用可。
のどかな雰囲気とレクリエーションやリハビリに積極的に取り組んでいます。

広島市佐伯区八幡東4丁目26-11 TEL.082-926-4688

3 ライフアシストほほえみ呉中央
(高齢者専用賃貸住宅)

■入居室数/全20室
■入居対象者/要支援1・2及び要介護1以上の認定を受けている方。経営栄養可。
デイサービス利用可。
要支援から要介護5までの広い範囲で入居して頂いており、一日一日を暮らしやすさに通じて頂けるよう高齢者への気持ちを大切にしています。ターミナルケア(終末ケア)に積極的に取り組んでいます。

呉市中央5丁目2-1 TEL.0823-21-2525

3 La Porte Hohoeimi リハビリ棟
ほほえみ有料老人ホーム
エクセレント[介護付]リハビリ棟
(特定施設入居者生活介護)
■入居定員/69名
◇1F リハビリセンター
重度の方から、リハビリが必要な方を対象に、都心でも利用しやすい料金設定で安心です。

広島市中区西平塚町7-3 TEL.082-541-2525

総施設概要

■診療所 ————— 2カ所
■老人保健施設 ————— 1施設(定員88名)
■有料老人ホーム ————— 11施設(定員503名)
■グループホーム ————— 3施設(定員54名)
■高齢者専用賃貸住宅 ——— 1施設(20室)

4 ほほえみ有料老人ホーム
呉蔵本通り[住宅型]

■入居定員/57名
■入居対象者/要支援1・2及び要介護1以上の認定を受けている方。経営栄養可。
デイサービス利用可。
要支援から要介護5までの広い範囲で入居して頂いており、一日一日を暮らしやすさに通じて頂けるよう高齢者への気持ちを大切にしています。ターミナルケア(終末ケア)に積極的に取り組んでいます。

呉市中央3丁目11-18 TEL.0823-21-8080

4 ほほえみ有料老人ホーム
矢野[介護付]
(特定施設入居者生活介護)
■入居定員/72名
■入居対象者/要支援1・2及び要介護1以上の認定を受けている方。経営栄養可。
緑に囲まれた自然環境の中で、ゆったりとした生活を送れます。全室個室。安心な医療連携にて24時間あなたの暮らしをサポートします。

広島市安芸区矢野西7丁目24-13 TEL.082-889-6078

7 デイサービスセンター
ほほえみ呉東
(通所介護・介護予防通所介護)
■定員/27名
■対象者/要支援1・2及び要介護1以上の認定を受けている方。
趣味・特技を発揮できる場の提供に努め、一人ひとりと話し合う機会を多く持ち、スタッフが足マッサーを行うなど家庭的な雰囲気作りを心がけています。短時間通所可能です。

呉市仁方本町1丁目2-3 TEL.0823-79-2322

5 ほほえみ有料老人ホーム
つばき[住宅型]

■入居定員/18名
■入居対象者/要介護2以上の認定を受けている方。経営栄養可。デイサービス利用可。
高齢者への感謝の気持ちを一人一人の尊敬を大切に、家庭的な雰囲気の中で過ごして頂けるよう対応いたしております。ターミナルケア(終末ケア)に積極的に取り組んでいます。

呉市中央5丁目11-27 TEL.0823-25-6690

5 ほほえみ有料老人ホーム
安芸路[住宅型]

■入居定員/40名
■入居対象者/要介護の認定を受けている方。経営栄養可。デイケア利用可。
共有スペースが広く「信頼」をキーワードに快適で豊かな環境を提供させていただきます。

広島市安芸区矢野東5丁目7-23 TEL.082-888-3232

6 グループホーム
ほほえみ呉安浦
(認知症対応型共同生活介護)
■入居定員/18名
■入居対象者/認知症がみられる要支援2及び要介護1以上の認定を受けている方。
随時しがらみがないリビングでゆったり落ち着いた、みなさんと楽しくその人らしい生活が送られるよう支援いたします。

呉市安浦町安登東5丁目4-5 TEL.0823-84-7225

6 ほほえみ有料老人ホーム
広国際通り[介護型]
(特定施設入居者生活介護)
■入居定員/36名
■入居対象者/要支援1・2及び要介護1以上の認定を受けている方。
毎日を生きていく中で、少しでも快適に過ごすために、接遇や環境づくりに気を配り、暖かい気持ちで対応させていただきます。

呉市広古新聞8丁目25-6 TEL.0823-71-4100