

### デイサービス空き状況

月	火	水	木	金	土
○	△	○	△	○	○

### 宿泊デイサービス空き状況

月	火	水	木	金	土
△	○	△	○	○	○

○空きあり △若干空きあり

### 1月の予定

- ◆ 2日～9日 書初めと作り絵馬
- ◆ 7日 無病息災を願い七草粥を食そう
- ◆ 15日 新年会
- ◆ 19日 お麩レンチトースト
- ◆ 26日～31日 節分の壁画作り



### 2月の予定

- ◆ 3日 心も体も温まる豚汁作り
- ◆ 11日・12日 アロマを香りながら俳句会
- ◆ 20日 甘味でほっこりお汁粉作り



# 12月 ルアルだより

令和7年12月15日発行

### 看護師より



12月になり、いよいよ寒さが本格的になりますね。冬はあまり汗をかかないため、喉の渇きを感じづらかったり、トイレに立つ回数を減らすために水分をあまり摂らず気付かないうちに脱水状態になっている事もあります。特に入浴前後や睡眠前後に意識して水分を摂るようにしてください。適切に水分摂取をして寒い冬を元気に乗り切りましょう！

1日体験利用、施設見学、宿泊デイサービス等  
隨時受付しておりますので、お気軽にご相談下さい。

ルアルデイサービス ひたちなか

〒312-0061

ひたちなか市稻田41-1 ☎ 029-229-0277

デイサービスの様子は  
こちらをご覧ください



### ルアル忘年会

