

12月プログラム表

		3	4	5	6	7
時間/曜日		火	水	木	金	土
10:00~10:20	フロア	送迎到着		送迎到着	栄養相談デー	送迎到着+バイタルチェックの日
10:20~10:30		ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操/入浴
10:30~11:00		筋トレ	筋トレ/入浴	風船バレー	軽運動	軽運動/入浴
11:00~12:00		食事提供準備	食事提供準備	食事提供準備	食事提供準備	食事提供準備/入浴
12:00~13:00		昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
13:00~13:10	フロア	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操
13:10~13:55		駄菓子販売体験	脳トレ	SS清掃	簡単クッキング	脳トレ
13:55~14:10		準備/小休憩	準備/小休憩	準備/小休憩		準備/小休憩
14:10~15:00		パールハイツ清掃	公園清掃	カラオケ	パールハイツ清掃	OB茶話会
15:00~15:10		片付け/手洗い	片付け/手洗い		片付け/手洗い	片付け/手洗い
15:10~15:20	サービス提供記録記入		サービス提供記録記入	サービス提供記録記入	サービス提供記録記入	
15:20~15:30	帰りの会+送迎		帰りの会/入浴	帰りの会+送迎	帰りの会	帰りの会+送迎/入浴
		10	11	12	13	14
時間/曜日		火	水	木	金	土
10:00~10:20	フロア	送迎到着		送迎到着		送迎到着
10:20~10:30		ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操/入浴
10:30~11:00		筋トレ	脳トレ/入浴	自立訓練調理練習	軽運動	軽運動/入浴
11:00~12:00		食事提供準備	食事提供準備	食事提供準備	食事提供準備	食事提供準備/入浴
12:00~13:00		昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
13:00~13:10	フロア	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操
13:10~13:55		パールハイツ清掃	筋トレ	SS清掃	Wiiスポーツ	脳トレ
13:55~14:10		準備/小休憩		準備/小休憩	準備/小休憩	準備/小休憩
14:10~15:00		ヨガ		公園清掃	リスニングクラブ	パールハイツ清掃
15:00~15:10		片付け/手洗い	片付け/手洗い	片付け/手洗い	片付け/手洗い	片付け/手洗い
15:10~15:20	サービス提供記録記入		サービス提供記録記入	サービス提供記録記入	サービス提供記録記入	
15:20~15:30	帰りの会+送迎		帰りの会/入浴	銀行 帰りの会+送迎	帰りの会	帰りの会+送迎/入浴