

### 3月プログラム表

		火		水		木		金		1 土	
時間/曜日											
10:00~10:20										フロア	送迎到着/入浴
10:20~10:30											ラジオ体操
10:45~11:30											
11:00~12:00											食事提供準備
12:00~13:00											昼食
13:00~13:10										フロア	ラジオ体操
13:10~13:55											脳トレ(カラオケ)
13:55~14:10											準備/小休憩
14:10~15:00											創作的活動
15:00~15:10											片付け/手洗い
15:10~15:20										サービス提供記録記入	
15:20~15:30										帰りの会+送迎/入浴(宇津木)	
		4		5		6		7		8	
時間/曜日		火		水		木		金		土	
10:00~10:20			送迎到着		入浴		送迎到着/自立調理練習				送迎到着/入浴
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
10:45~11:30	フロア		軽運動	フロア	脳トレ	フロア	軽運動	フロア	脳トレ	フロア	
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
12:00~13:00			昼食		昼食		昼食		昼食		昼食
13:00~13:10			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			筋トレ&ソフト筋トレ	フロア	軽運動	フロア	SS清掃	フロア	筋トレ&ソフト筋トレ	フロア	ライフパートナーの会
13:55~14:10	フロア		準備/小休憩		準備/小休憩	フロア	準備/小休憩	フロア	準備/小休憩	フロア	準備/小休憩
14:10~15:00			パールハイツ清掃		公園清掃		筋トレ&ソフト筋トレ		パールハイツ清掃		創作的活動
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		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(藤本)		銀行(藤本) 帰りの会+送迎		帰りの会		帰りの会+送迎/入浴(宇津木)	