

4月プログラム表

	1		2		3		4		5	
時間/曜日	火		水 		木		金		土 	
10:00~10:20	フロア	送迎到着	フロア		フロア	送迎到着/自立調理練習	フロア		フロア	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		軽運動		脳トレ		軽運動		脳トレ		
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	フロア	ラジオ体操	フロア	ラジオ体操	フロア	ラジオ体操	フロア	ラジオ体操	フロア	ラジオ体操
13:10~13:55		筋トレ&ソフト筋トレ		軽運動		SS清掃		筋トレ&ソフト筋トレ		脳トレ(カラオケ)
13:55~14:10		準備/小休憩		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		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		銀行 帰りの会+送迎		帰りの会		帰りの会+送迎/入浴	
	8		9		10		11		12	
時間/曜日	火		水 		木		金		土 	
10:00~10:20	フロア	送迎到着	フロア		フロア	送迎到着	フロア		フロア	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		軽運動		脳トレ		軽運動		脳トレ		
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	フロア	ラジオ体操	フロア	ラジオ体操	フロア	ラジオ体操	フロア	ラジオ体操	フロア	ラジオ体操
13:10~13:55		筋トレ&ソフト筋トレ		軽運動		SS清掃		筋トレ&ソフト筋トレ		軽運動
13:55~14:10		準備/小休憩		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		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		銀行 帰りの会+送迎		帰りの会		帰りの会+送迎/入浴	