

## 7月プログラム表

		1		2		3		4				
時間/曜日		水		木		金		土				
10:00~10:20	フロア				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			
10:45~11:30			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			
12:00~13:00			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			
13:10~13:55			軽運動		SS清掃		筋トレ		脳トレ(カラオケ)			
13:55~14:10			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			公園清掃		筋トレ/パールハイツ清掃		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			
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		帰りの会+送迎		帰りの会		帰りの会+送迎		帰りの会+送迎			
		7		8		9		10		11		
時間/曜日		火		水		木		金		土		
10:00~10:20	フロア				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	
10:45~11:30			軽運動	フロア	脳トレ	フロア	パールハイツ清掃	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	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			筋トレ		軽運動		(介護)脳トレ/ (自立)調理練習・軽運動		筋トレ		ライフパートナーの会	
13:55~14:10			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	フロア	準備/小休憩	
14:10~15:00			パールハイツ清掃		公園清掃		14:30~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		サービス提供記録記入	
15:20~15:30	帰りの会+送迎		帰りの会		帰りの会+送迎		帰りの会		帰りの会+送迎		帰りの会+送迎	