

1日のプログラム例 デイサービス（介護予防）

時 間	サービス内容
8 : 00	朝 の お 迎 え
9 : 15	水分補給・健康チェック（血圧・脈拍・体温）・入浴 生活機能向上グループ活動（米を研ぎ炊く・洗濯物をたたむ） 創作活動（カレンダー作り・大人の色塗り・計算ドリル・書道（筆ペン）・読書 指先運動（ちぎり）などご自身で好きなものを選んでいただきます 食前体操
12 : 00	昼 食
12 : 40	昼休み（談話・午睡など） 生活機能向上グループ活動（おしぼりを洗濯機の中に入れる・洗濯物をたたむ）
14 : 00	ラジオ体操・歌体操・アクティビティサービス 身体を動かすゲーム・脳を使うゲーム・カラオケ・ボランティア様による読み聞かせ 入居者様との交流（ボランティア様による演芸・運動会など） その日の状況に応じてですが2手に分かれ、1グループは集団で身体を動かし、もう1 グループは少人数でトランプなどを実施します
15 : 20	お や つ 生活機能向上グループ活動（洗濯機の使い方を訓練する）
15 : 50	帰る準備（トイレ誘導など）
16 : 30	苑 を 出 発

外出レクリエーションはおおよそ 13 : 00～16 : 00 までの間で外出する予定です