

# みのわの里 更生園 日課

	月	火	水	木	金	土	日
6:15	起床 着替え、洗面、健康チェック(検温)						
7:45	朝食 健康チェック(検温、爪切りなど)						
9:45	ラジオ体操					余暇	
10:00	日中活動 自由活動、DVD観賞、カラオケ、余暇など						
11:45	昼食 洗面						
12:45	入浴 or 着替え	入浴 or 着替え	入浴 or 着替え	入浴 or 着替え	入浴 or 着替え	入浴 or 着替え	着替え
15:00	余暇						
17:30	夕食 洗面						
19:00	茶話会 就寝準備、着替え						
21:00	就寝						

入浴は男女一日ずつ交代で行います。

毎月1回利用者自治会(にじの会)が実施されます。  
月に1回ある喫茶みのわで食べたいデザート希望を取ります。

毎月1回土曜日に旅一座(ボランティア)が実施されます。  
お菓子やコーヒーを食べながら、みんなで歌をうたって誕生月の人をお祝いします。

毎月1回、理髪が実施されます。

民謡やゆりの会(紙芝居読み聞かせ、手遊び)など、ボランティアの方と一緒に楽しむ活動もあります。

※感染症予防のため、現在は  
ボランティアなどの外部の方からの参加は行っていません。