

# 静和園利用者の1日紹介

## 6:00 起床

起床してから朝食までの時間はテレビを観たり整容したりと自由に過ごしています。

## 7:30 朝食

朝からしっかり食べて、午前のリハビリに備えます。

## 9:00 朝礼・みんなの体操



毎週月曜～金曜の朝9:00に訓練棟で体操を行っています

## 13:30 片まひ体操



毎週月曜～金曜の昼 13:30 に、みんなの体操同様、訓練棟で行います

## 14:00 訓練



リハビリ訓練開始

階段歩行や立ち上がりの訓練を行っています

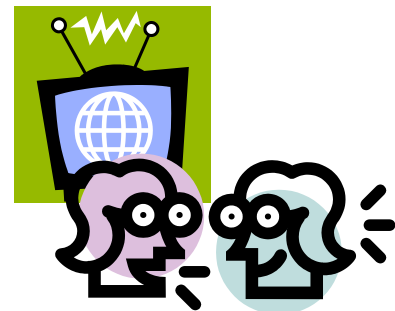
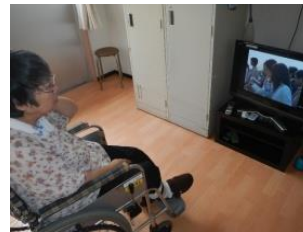
## 10:15 訓練



作業訓練開始

プリントを使用し計算を行っています

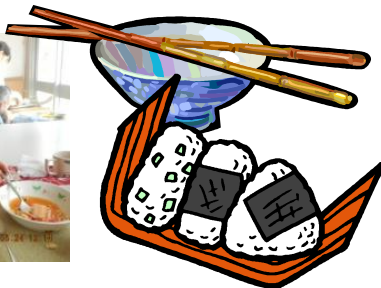
## 16:00 自由



## 17:30 夕食



## 12:00 昼食



この日の昼食は冷やし中華。月に一度はバイキングを行っています。

昼食後から13:30まで休憩時間です♪

16:00 に午後の訓練が終了し、夕食をはさんで消灯までの時間は自由な時間となっています。利用者の方々と会話をしたり、テレビをみたりしています。

今日は早めにお休みなさい…