

一日の過ごし方と年間行事

入居をしたら基本は自由。みなさま思い思いの時間を過ごしています。
がんじがらめの介護ではなく、個性を尊重できるグループホームの暮らし。
自由な暮らしの中の代表的な一日の流れを紹介します。

一日の流れ

a.m.
6:30

起床

気持ちのよいお日様の光が差し爽やかな朝の訪れです。
元気な挨拶を交わし一日が始まります。

a.m.
7:30

朝食

一日の元気の源になる朝食の時間。
(生活スタイルに合わせて9:30頃までの
時間帯で召し上がっていただきます。)



a.m.
9:30

健康チェック

毎朝の健康チェックを行います。
また週に2回、認知症進行予防として
回想法を看護師が行います。



a.m.
10:00

お掃除や洗濯

洗濯や掃除など役割を持つ喜びを感じてもらいながら自立への支援をします。



p.m.
12:00

昼食

入居者の方と一緒に食事作りをしたりします。



p.m.
1:00

自由時間

お出掛けしたり、昼寝をしたり…
お風呂もいつでも自由に入れます。



p.m.
3:00

おやつ

手作りのおやつは格別です。
外出先で食べることもあります。



p.m.
4:00

自由時間

くつろぎや趣味の時間。
好きな時間の使い方をしてもらいます。



p.m.
6:30

夕食

リビングでの団欒。賑やかな食卓に
食事が進みます。



p.m.
9:00

就寝

消灯時間の決まりはありません。それぞれに
一日の充実感を感じながら眠りについていただきます。

年間の行事

1月	初詣	7月	七夕祭
2月	節分祭	8月	オリーブ夏祭り
3月	ひな祭り会	9月	敬老会
4月	桜花見	10月	コスモス見物
5月	買物レク	11月	おやつバイキング
6月	菖蒲見物	12月	クリスマス会

その他

毎月のお誕生会

ドライブや各地催し物へ

外食へ

運営推進会議（2か月に1度）

地域行事の参加

公民館サロン交流

など