

～ ねんりん館一日の流れ ～

6:00		起床
7:20		食堂にて嚙下体操
7:30		朝食
9:30		入浴
11:40		体操
11:50		食堂にて嚙下体操
12:00		昼食
14:00		入浴
		レクリエーション (色々なレクレーションがあります♪)
17:20		食堂にて嚙下体操
17:30		夕食
21:00		消灯

* 日課表は、目安なので参考までにどうぞ

