

時間	プログラム内容
8時30分 ～ 9時00分	<p style="text-align: center;">お迎え</p> <p>ご自宅玄関前まで、お迎えに伺います。</p>
9時00分 ～	<p style="text-align: center;">バイタル測定</p> <p>看護師が、体温・血圧・脈拍の測定を行います。顔色やお話の中から健康状態を確認いたします。</p>
10時00分 ～	<p style="text-align: center;">入浴</p> <p>ご希望の方へ、入浴サービスを行います。個浴でゆったりとお入りいただけます。</p> <p>必要に応じて、浴室内での移動の付添いや洗身・洗髪・更衣の援助を行います。歩行状態が困難な方でも、機械浴にて安心安全に入浴を行うことができます。</p>
11時00分 ～	<p style="text-align: center;">朝の会・ロコモ体操・嚥下体操</p> <ul style="list-style-type: none"> ・朝の会では、「今日は何の日？」とスタッフがその日の過去の出来事をお話します。懐かしまれながら笑い話に花が咲きます。 ・ロコモ体操とは、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を予防する体操です。転倒や筋力・バランス能力の低下を防ぎます。 ・だ液が良く出て食べ物が飲み込みやすいよう、嚥下体操にて口や頬などを動かします。
12時00分 ～	<p style="text-align: center;">昼食</p> <p>管理栄養士が毎日の献立を考え、調理します。</p> <p>献立のバラエティー豊かに、栄養バランスのとれた温かいお食事を提供しております。</p>
13時00分 ～	<p style="text-align: center;">口腔ケア・お昼休憩</p> <p>ご希望の方へ、午睡を行っております。</p>
14時00分 ～	<p style="text-align: center;">レクリエーション</p> <p>ご希望に応じた趣味活動、集団でのゲーム、誕生会や季節の行事をお楽しみいただけます。</p>
15時00分 ～	<p style="text-align: center;">おやつ・レクリエーション</p> <p>手作りのおやつをご用意することもございます。</p>
17時00分 ～	<p style="text-align: center;">お帰りの準備</p>
17時30分 ～	<p style="text-align: center;">ご自宅に向け出発</p> <p>ご自宅玄関前まで、お送りいたします。</p>