

にっ か ひょう      じりつくんれん      じりきとうえんしゃよう  
**日 課 表 (自立訓練) ※自力登園者用**

	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日
9:00	登園	登園	登園	登園	登園
9:30	検温・更衣 身だしなみチェック 日誌	更衣・検温 身だしなみチェック 日誌	更衣・検温 身だしなみチェック 日誌	更衣・検温 身だしなみチェック 日誌	更衣・検温 身だしなみチェック 日誌
9:35	ラジオ体操 朝礼	ラジオ体操 朝礼	ラジオ体操 朝礼	ラジオ体操 朝礼	ラジオ体操 朝礼
9:45	朝学 朝学(読書)	朝学 (認知機能強化 トレーニング)	朝学(読書)	朝学 (認知機能強化 トレーニング)	朝学(読書)
9:45 ～ 10:50	作業	作業	作業	作業	作業
10:50	10分休憩	10分休憩	10分休憩	10分休憩	10分休憩
11:00 ～ 11:20	作業/片付	作業/片付	作業/片付	作業/片付	作業/片付
11:30	更衣	更衣	更衣	更衣	更衣
11:50 ～	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
12:40	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操
12:45 ～ 13:50	運動	パソコン	トイレ掃除	運動	個人プログラム
13:55 ～	更衣 15分シエスタ	更衣 15分シエスタ	更衣 15分シエスタ	更衣 15分シエスタ	更衣 15分シエスタ
14:10	食堂にて お茶休憩 (水分摂取)	食堂にて お茶休憩 (水分摂取)	食堂にて お茶休憩 (水分摂取)	食堂にて お茶休憩 (水分摂取)	食堂にて お茶休憩 (水分摂取)
14:20	食堂掃除 (就労継続B型)	食堂掃除 (就労継続B型)	食堂掃除 (就労継続B型)	食堂掃除 (自立訓練)	食堂掃除 (自立訓練)
14:35 ～ 15:15	学 び	ビジネス	コミュニケーション	生 活 ※14:35～	学 び・振り返り ※14:35～
15:30	清掃・更衣・日誌	清掃・更衣・日誌	清掃・更衣・日誌	清掃・更衣・日誌	清掃・更衣・日誌
15:50	終礼	終礼	終礼	終礼	終礼
16:00	降園	降園	降園	降園	降園