

1日のスケジュール

09:00	ご自宅までお迎えに伺います。
10:00	「根岸地域ケアプラザ」到着。美味しいお茶で一休み。
10:10	健康チェック・入浴。※入浴サービスのない方は歓談や工作。
11:30	リズムに合わせた健康体操。
12:00	『いただきまーす』厨房からの季節感あるメニュー。
13:00	休憩・BGMに合わせたカラオケ。
14:00	レクリエーション。みんなで体を動かしましょう。
15:00	おやつ時間です。
16:00	ご自宅までお送りします。

レクリエーションの時間には地域ボランティアさんによる、ギターやオカリナや三味線演奏・踊り・リズム体操・朗読など、楽しい企画があります。また、地域の方が気兼ねなくボランティアに来られ、利用者さんとの団らんされています。