



# 宝珠の郷の暮らし（行事等により変更あり）

グループホーム宝珠の郷



6:00 起床



お声掛け  
洗顔・着替え

おはよう  
ございます♪



寝ぐせついて  
ないかな!?

男性も身だしなみは  
毎日かかさずに!!



7:00 朝食



今朝は、和食が中心のメニューです

ご飯・みそ汁  
高野豆腐煮  
チキンボール  
あさりの佃煮  
バナナ

月に2回、パン食の日が  
あります

ありがとう♡  
いただきます。



はい、どうぞ!



8:30 ラジオ体操



今日も一日元気に過ごそう!!

リズムに合わせて～♪

いち、にっ、さん、し～





9:00 入浴  
新聞読み・teaタイム



個浴



気持ちいい〜♡

湯かげん  
どうですか？

週2回の入浴日があります

新聞読み／ティータイム



何が  
書いてあるの？

え〜っと、  
今日のニュースは  
何かな？

洗濯物干し

立位がしっかりしている方には、  
洗濯物を干す時に手伝っていただいています。



きちんと  
シワを伸ばして〜

足元、気をつけて  
くださいね。



10:00 レク活動



今日のレク活動は、手遊び歌で大合唱♪

大きな声で  
歌いましょう



大きな栗の～  
木の下で～♪



11:30 昼食前の準備



手洗い／うがい

食事の前には  
しっかりと手洗い、うがいをします



口腔体操

ほっぺたを動かして  
ご飯を美味しくいただきます





12:00 昼食



お昼のメニューは、何かな？

ご飯・みそ汁  
茶碗蒸し  
じゃがいものそぼろ煮  
小松菜のおひたし



今日も  
美味しいわ(^^)

ありがとう♡  
そう言っていたけると、うれしいです。

職員も検食をかねて、一緒にいただきます。

食事の後片付け

あ～お腹いっぱい!  
美味しかったわ～



食事の後は  
お片づけ♪

いつもありがとう  
ございます。  
助かります。



14:00 レク活動



今日のレクは  
脳トレで～す  
みなさん、  
がんばりましょう!!

あれえ  
うまく指が動かんあ

これで  
出来てるか?



15:00 おやつ



今日のおやつは和菓子です♪



15:30 歩行訓練



がんばりましょう



継続は力なり!!

午前11:00と午後15:30  
1日に2回歩行訓練をしています





16:00 余暇活動



三角袋づくり

新聞を折って袋をつくります。  
つくった袋は、ごみ袋として  
つかいます。

折り紙をしている  
ようで、楽しいわ♪



きれいに折れていますね。  
ありがとうございます。

献立づくり

食事のメニューは、ご利用者様と一緒に考えます。  
栄養のバランスを考慮しながら、希望される献立を  
取り入れていきます。

どれも美味しそうです  
ね。  
何か、ご希望のものは  
ないですか？



本当にどれも美味しそう～  
最近、スパゲッティを食べて  
ないからみんなも食べたいっ  
て言ってたわ。  
どれが、いいかしら♪



18:00 夕食



夕食のメニューは？

ご飯・みそ汁  
ささ身フライ  
大根とはんぺんの煮物  
コールスローサラダ



お味は  
どうですか？

いつも美味しい～  
今日も残さないよ♡



19:00 談話



おしゃべりをしたり、TVを見たり  
ゆったりしていただきます

まだ寝るには早いし  
みんなでいっぷくしよさ♪



お茶をどうぞ



21:00 就寝



おやすみなさい  
また明日♡



パジャマに着がえて  
そろそろ休むわ  
また明日ね♡