

# デイサービスセンター ポピー

## 1日の流れ

時間	項目	内容		
8:30	お迎え開始	ご自宅までお迎えに伺います		
9:30	到着	手洗い、うがいをしてから、お席にご案内いたします 【バイタルチェック】体温、血圧等を確認します ※月初めには体重測定を行います		
10:00	集団体操 入浴・個別訓練	集団体操	入浴	個別訓練
		ラジオ体操や名曲に合わせた体操を行います	一般浴、機械浴と状態に合った入浴を提供します	一人一人に合った運動の計画を立てて行います
11:45	食前体操	健口体操を行い、誤嚥を予防し、食事を美味しくいただきます		
12:00	昼食	管理栄養士によるバランスの取れたメニューを提供します 状態に合わせ、刻み食や軟菜食の対応もしています		
12:30	口腔ケア	口腔内の清潔のために菌みがき等を行います 昼食後には和室や個室のベッドで一休み。冬はこたつもあります。 将棋や麻雀を楽しむ方々も居ます。		
14:00	集団体操・レク 外出レク	集団体操・レク	外出レク	
		体操や生活動作に活かせるゲームを行います。地域の保育園や小学生との交流会、ボランティア・慰問等も行っています。	日常生活動作訓練を兼ね、買い物や外食、また季節ごとに初詣、花見等に出掛けます。(希望制)	
15:00	おやつ	職員や利用者様による手作りおやつなども行います。		
15:45	送り①	送り	個別レク	
16:45	送り②	15:45と16:45の二便に分けてご自宅まで送ります。	カラオケや製作など個々の趣味等に対応したことを行います。	

### ポピーの様子

