



高知ダルク 1週間の基本スケジュール

令和4年度

- * 月～金…8:30頃、女性寮・グループホームを出発して、JRを利用し「生活訓練(インテグレーション)」へ向かいます。
- * 夕食の食事当番は、グループホームのスタッフと一緒に、交代制で2人が調理を担当します。

	月	火	水	木	金	土	日
朝	掃除						
8:00							
8:30							
9:00							
9:30							
10:00	来所						
10:10	朝礼					ハウスミーティング	
10:30	ハウスミーティング	ミーティング	創作など ※定期的に変更	料理	牧野植物園 調場作業		
11:00							
11:30						余暇活動 セルフケア	
12:00	昼食 休憩 セルフケア						
12:30						昼食 休憩 セルフケア	
13:00							
13:30	動作法	創作活動 ※アート・手芸など	ステップ ワーキング ガイド	ミーティング	動作法 絵本セラピー		
14:00						食事 当番	
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	退所						
16:30							
17:00							
17:30	クッキング (食事当番)	夕食	クッキング (食事当番)	自由時間 (ヘルスケア)	クッキング (食事当番)		
夜	テーマ ミーティング	NA (女クロ)	ステップ ミーティング		伝統・ ミーティング	NA (女クロ)	ミー ティング
							NA (女クロ)

活動区分	
	生活訓練(インテグレーション)
	女性寮・GH
	自助グループ