

三鷹市高齢者センターけやき苑の一日の流れ

R01～

8:15	
	送迎バス出発
9:00	送迎バス①便到着
	受付け・健康チェック
9:45	送迎バス②便到着
	受付け・健康チェック
10:20	送迎バス③便到着
	朝の体操・嚥下体操
10:45	午前の活動
12:00	昼食・昼休み
13:10	昼の体操／脳トレ
13:30	午後の活動
14:40	お茶・休憩
15:05	送迎バス①便出発
	合同活動
15:50	送迎バス②便出発
	合同活動
16:30	送迎バス③便出発

