

一日の流れ(午前ショートケア)

| 時間 | 活動内容 |
|--------|---------------------------|
| 8:30～ | 朝食(希望者) 検温・体調確認 |
| 9:00～ | 活動開始 メンバーの朝ミーティング |
| 9:30～ | 午前の活動 (各種活動・共通プログラムなど) |
| 11:15～ | 元気体操 |
| 11:45～ | 今日の活動の振り返り |
| 12:00 | 活動終了 |

一日の流れ(午後ショートケア)

| 時間 | 活動内容 |
|--------|-------------------------------|
| 12:00～ | 体調確認・活動開始 (各種活動・共通プログラムなど) |
| 14:45～ | 今日の活動の振り返り |
| 15:00 | 活動終了 |