



一日の流れ

- 7:40 朝食
- 10:00 ラジオ体操
瞑想
- 11:40 昼食
- 12:30 入浴開始
- 14:45 さるくタイム
- 15:00 おやつ
- 17:20 夕食
- 18:00 入浴終了

☆お茶のご利用時間☆

- 朝：7時20分～8時30分
- 昼：11時20分～12時30分
- 夕：17時～18時30分

☆リハビリマッサージ実施中☆
20分2000円

<ご面会について>

新型コロナウイルス感染症が第5類へ移行したことに伴い、各居室内での面会を再開いたしました。面会は引き続き予約制とさせていただきます。

時間：午前9時～午後4時の間で、15分以内

人数：一組2名まで。2名以上、または小さいお子様連れの場合は個別に対応いたします。

(感染対策)マスク着用と、手指消毒や換気を行いながら実施いたします。

<外出について>

・病院受診：マスクを着用いただき、待合室では他の方々と距離を置いて待つて頂くようお願いいたします。

・公民館講座の参加や予防サービス、脳の健康教室のご利用が可能です。

・銀行や郵便局のご利用が可能です。記帳や引き出し等は支援部には頼めなくなりましたので、ご自身で管理をお願いします。

・美容室のご利用が可能です。

・役所・お墓参り・ご自宅へ行くことができます。

・買い物等お店への出入りは、混雑しない場所で短時間であれば可能です。
※飲食店のご利用は避けていただきますようお願いいたします。

外出から戻られた時は、しっかりと手洗いをし、うがいをし、汚れやウイルスを流しましょう。

★脚力維持にもできるだけ、毎日歩きましょう。外から戻られた際は、手洗いやうがい、杖や歩行器タイヤのアルコール消毒をお願いいたします。館内廊下を歩くのもおすすめです。

★差し入れやお洗濯物は1階事務所で受け付けます。職員へことづけていただくと、事務所へ持って参ります。ケアハウス玄関では受け渡しはおこなっておりません。

★のどの痛み・鼻水・鼻声・声かれ・腹痛・下痢などありましたら、お知らせください。また、身体が熱いと感じたら、わきの下で熱を測ってみましょう。通所ご利用や外出後の翌日は、特に体調の変化がないかご確認をお願いいたします。

☆感染対策について

人にうつさない！
人からもらわない！
廊下やホールでは必ずマスクを着用しましょう。



☆病院受診について

次回の病院受診日が決まった方は、お早めにお知らせください。介護サービスを利用されている方は、利用日を避けて予約をお願いします。
にしくまもと病院、ひらのデンタルクリニックへの送迎は、ケアハウスで有料で対応しています。ご希望の方はお早めにお申し出ください。

