

7:00 起床介助 

カーテン開け、換気	更衣介助
排泄介助（トイレ誘導、オムツ交換）	整容介助（洗顔、髭剃り等）

7:30 食事介助（朝食） 

机上清掃、エプロン・おしぼり配布	トロミ付け
移動介助（離床・誘導・臥床）	配膳・配茶
食事介助、食事量確認	配薬、服薬確認
下膳、食器洗い、食堂清掃	口腔ケア、排泄介助

9:00 清掃等 

居室・共用部清掃	シーツ交換、ベッドメイキング
ごみ捨て	洗濯

10:00 入浴介助 

お湯はり	衣類準備
移動介助（離床・誘導・臥床）	脱衣
入浴介助	着衣
ドライヤー	浴室清掃

11:30 食事介助（昼食） 

机上清掃、エプロン・おしぼり配布	トロミ付け
移動介助（離床・誘導・臥床）	配膳・配茶
食事介助、食事量確認	配薬、服薬確認
下膳、食器洗い、食堂清掃	口腔ケア、排泄介助

13:00 雑務 

洗濯物たたみ、収納	おしぼりづくり
車いす清掃	植栽管理（水やり、草取り等）

14:00 レクリエーション 

準備	移動介助（離床・誘導）
レクリエーション	片付け

15:00 ティータイム 

おやつ準備、配茶	コミュニケーション
移動介助（臥床）、排泄介助	片付け

16:00 事務作業 

介護記録作成（台帳への転記等）	企画書（レクリエーション等）の作成
-----------------	-------------------

17:30 食事介助（夕食） 

机上清掃、エプロン・おしぼり配布	トロミ付け
移動介助（離床・誘導・臥床）	配膳・配茶
食事介助、食事量確認	配薬、服薬確認
下膳、食器洗い、食堂清掃	口腔ケア、排泄介助

19:00 就寝準備 

更衣介助	翌日分着替え準備
------	----------

21:00 就寝 

見回り（1時間～2時間おき）	体位交換（2時間おき）
排泄介助（適宜）	介護記録の作成（台帳への転記等）

7:00 起床介助 



その他、利用者の生活支援全般やあらゆる雑務をルーティーン業務の間に実施