

平日の生活スケジュール



7:00

起床（洗面、着替え、布団たたみ）
パジャマを洗濯する日はパジャマを出します。



7:20

マンガや本を片付けます。
みんなで朝食準備をします。協力して準備をします。

7:25

朝食時間です。テレビは消します。

7:50

食後は食器洗いと歯みがきをします。



8:00

登校準備します。忘れ物がないか確認します。

8:25

登校。ならんで登校します。



14:35

下校時間です。帰ってきたら掃除や宿題をします。
※掃除や宿題の時間には決まりがあります。



15:30

宿題や掃除が終わった人からフリータイムです。
グラウンドや交流センターで遊べる時間です。
おやつを食べたり、室内で遊んだりもできます。



16:30

外遊び終了時間です。ユニットに戻り入浴です。
待っている間はテレビを見たり、遊んだりできます。



17:50

夕食準備です。協力して準備をします。

18:30

食後は食器洗いと歯磨きです。
終わった人から日記を書きます。



19:00

テレビを見たり、本を読んだり、遊んだりする
時間です。騒がず静かに過ごします。



21:00

就寝。小学生消灯。 リビングも消灯。

21:30

中学生は居室に戻り、就寝準備。
中学生消灯。

