

## 【学園での一日】

九千部学園では、園生たちが居住棟とともに暮らしながら、生活訓練や職業訓練に励んでいます。宿泊訓練を通して、規則正しい生活や良好な人間関係を身につけ、また、掃除や洗濯など身の回りのことが自分でできるようになり、そして、社会人として自立した生活ができるように頑張っています。

時間	月～金		時間	土	日・祝日
6:00	起床				
30	ラジオ体操				
40	ジョギング				
7:00	掃除		7:00	起床・掃除	起床・掃除
30	朝食・後片付け				
8:00	身辺整理		8:00	朝食・後片付け	朝食・後片付け
	自主活動				
50	コース別ホームルー		50	棟別ホームルーム	棟別ホームルーム
	ム		9:00	長靴・靴洗い	(日曜～自治会)
9:20				シーツ交換・洗い	
	訓練開始		10:00	第2・4～生け花	日課・自由
				日課・自由	
11:30					
12:00	訓練終了		12:00	昼食・後片付け	昼食・後片付け
13:00	昼食・後片付け		13:00		
	訓練開始		14:00	第1・3エアロビクス	日課・自由
(15:00				第2・4 サッカー(男	
～15:20)	(休憩)			子)	
16:30				日課・自由	
17:00	訓練終了、洗濯		17:00		掃除
18:00	掃除		18:00	掃除	夕食・後片付け
18:40	夕食・後片付け		18:40	夕食・後片付け	女子入浴・洗濯
19:00	女子入浴・洗濯		19:00	女子入浴・洗濯	男子入浴・洗濯
	男子入浴・洗濯			男子入浴・洗濯	日課・自由
20:00	日課・自由		20:00	日課・自由	点呼
	点呼			点呼・おやつ	自由
20:50	自由		20:50	自由	就寝準備
21:30	就寝準備		21:30	就寝準備	消灯・就寝
22:00	消灯・就寝		22:00	消灯・就寝	
23:00	*金曜日、祝日の前日 ～希望者は娯楽室で 23時までテレビ視聴が できます		23:00	*希望者は娯楽室で 23時までテレビ視聴が できます	