# グループホームでの過ごし方



| | |
|---|---|
| 6時30分 | 起床<br>着替え　朝食準備等お手伝いします |
| 7時 | 朝食 |
| 9時 | 日中活動へ送り出し<br>土日　祝日はグループホームで過ごします |
| 16時 | グループホームへ帰宅<br>自由時間<br>入浴・洗濯などこの時間に支援員と一緒に行います |
| 18時 | 夕食 |
| 19時 | 自由時間<br>この時間に入浴も可能です |
| 22時 | 就寝 |