

06:00		拒否なく排泄介助させて欲しい			ときどき失禁 着替えの準備	失禁時の着替え（恥ずかしく無い）
07:00	起床・朝食の準備 朝食後に服薬	窓を開けて外の風を入れたい 朝ご飯はパンと珈琲 飲み忘れを無くして欲しい	空気を入れ替え パンと珈琲がいい	着替え・窓を開ける 自分で食べる 薬を飲む	作ること  薬を準備する	部屋の空気を入れ替え 朝食準備（家族）珈琲を入れる お薬カレンダーを準備、服薬確認
08:00	NHKの朝ドラを見る					
09:00						
10:00	公民館で婦人会の世話	友人もいるので今でも行きたい 迷惑を掛けるのではないかな	美味しい珈琲を入れて て、皆と話したい	外へ出かける 珈琲を入れる	一人で出ると道に 迷う	参加する準備と公民館への移動 婦人会での活動支援
11:00	自宅に居る時は洗濯・掃除					
12:00	婦人会か自宅で昼食			自分で食べる 下膳・食器洗い	作ること	昼食準備
13:00	花壇の手入れ		季節の花を植えたい	水やり 花を選ぶ	かがんでの草引き 一人でお店に行く	水やり時の補助（通い時は事業所） 季節の花の苗の購入支援
14:00						
15:00	近所の教え子や友人と談笑	本人は話し好きだが、仕事で相手 ができない 人の役に立つことをしたい		人の相談に乗ろう とすること		相談（話し相手）
16:00	TV 時代劇 洗濯の取り込み	人から頼まれたら断らない	できることはしたい	洗濯物たたみ	洗濯物取り入れ タンスにしまう	洗濯物を取り入れて、たためる。 たたんだ衣類は一緒にタンスに
17:00						
18:00	自宅で食事	晩御飯は外食しない	自宅で食べたい	自分で食べる 下膳・食器洗い	作ること	夕食準備 下膳の手伝い・食器洗い（泊り）
19:00	入浴	お湯はぬる目が好き	ゆっくり入りたい	洗身（背中以外）	お風呂の準備 ときどき失禁 着替えの準備	入浴準備・着替えの準備 失禁時の着替え（恥ずかしく無い）
20:00	TV ニュースやドラマ	テレビは皆と見たい 用事で忙しいのでいつも一緒に は難しい	皆と一緒にテレビを 見たい	誰かと居ると不安 なく過ごせる	一人でいると不安 になる	傍らにいる
21:00						
22:00	就寝			一人では就寝 朝までぐっすり		就寝準備・翌日の着替えの準備
23:00						
24:00 ~04:00						