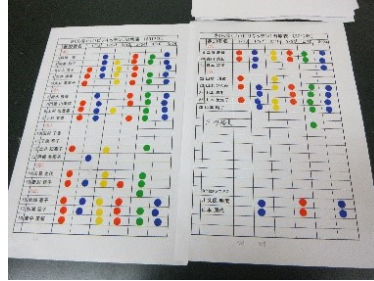


# リハビリキッチン 一日の主な流れ トーマン団地 さくら会

料理をしたい人、体操をしたい人、両方したい人、それぞれ自分がやりたいこと、できることをしています

集会所に来たらまず名簿にシールを貼って材料費を支払い



受付

体重計や血圧計で体チェック



計測

料理開始  
台所に入る人、盛り付ける人、お皿を洗う人…  
それぞれができることをやります



料理・準備

ごはん作りと同時進行で百歳体操、かみかみ百歳体操など



百歳体操など

ごはんができたらみんなで食事

今日食べたものはなんやったっけ？  
みんなで10品目シートチェック  
食事が終わったらみんなで片付け、解散



食事・10品目シートチェック