

平日

AM6:50

起床・検温

AM7:00

看護処置・身辺整理

AM7:15

全員部屋集合

AM7:30

朝食・歯みがき

AM8:10

登校

寄宿舎と学校は同じ敷地内にあります。

中の階段を通過して登校しています。

PM3:20

下校

PM3:40

おやつ・歯みがき

PM4:00

自由時間

遊具や、サッカー、ダンス、キャッチボール、ウォーキングなど体を動かして遊んでいます。

PM5:05

洗濯物の片づけ

委員会活動など（必要に応じて）

PM5:45

掃除

PM6:00

夕食・歯みがき

PM6:45

学習・登校準備

入浴

大きなお風呂で、入浴します。一日の汗を流し、入浴マナーも学びます。

PM8:55

自由時間

消灯準備

腹式呼吸

就寝前に、腹式呼吸を行って、気持ちを落ち着かせリラックスさせます。

また腹式呼吸は、ぜん息発作が出た時に行うと大変効果的です。

PM9:00

消灯・就寝

※希望者は9時45分まで夜の自主学習もできます。

