

## MSTスケジュール(例)

曜日 時間/場所	月 体育館・プール	火 体育館・プール	水 体育館・プール・病棟	木 体育館・プール	金 体育館・プール
9	足腰体操① (9:10～9:50)	リハスポーツ・足腰体操① (9:10～9:50)	足腰体操① (9:10～9:30)	屋外歩行①・足腰体操 (9:10～9:50)	足腰体操① (9:10～9:50)
			病棟レク (9:35～10:00)		
10	足腰体操② (10:15～10:55)	リハスポーツ・足腰体操② (10:15～10:55)	足腰体操② (10:15～10:35)	屋外歩行②・足腰体操 (10:15～10:55)	足腰体操② (10:15～10:55)
			病棟レク (10:40～11:05)		
11	女性プール (11:10～12:00)	女性プール (11:10～12:00)	女性プール (11:10～12:00)	女性プール (11:10～12:00)	女性プール (11:10～12:00)
13	女性プール (13:00～13:50)	女性プール (13:00～13:50)	女性プール (13:00～13:50)	女性プール (13:00～13:50)	女性プール (13:00～13:50)
14	足腰体操③ (14:10～14:50)	リハスポーツ・足腰体操③ (14:10～14:50)	足腰体操③ (14:10～14:30)	屋外歩行③・足腰体操 (14:10～14:50)	足腰体操③ (14:10～14:50)
			病棟レク (14:35～15:00)		
15	男性プール (15:10～16:00)	男性プール (15:10～16:00)	男性プール (15:10～16:00)	男性プール (15:10～16:00)	男性プール (15:10～16:00)
16	女性プール (16:15～17:00)	わいわいタイム& トレーニングサポート (16:15～17:00)	女性プール (16:15～17:00)	わいわいタイム& トレーニングサポート (16:15～17:00)	女性プール (16:15～17:00)
17	体育館・プール掃除 など	片付け、体育館掃除 など	体育館・プール掃除 など	片付け、体育館掃除 など	体育館・プール掃除 など