窓開け ○	窓開け ○	窓開け ○	窓開け ○	窓開け ○	窓開け ○	窓開け ○
歯磨き・洗顔 ○	歯磨き・洗顔 ○	歯磨き・洗顔 ○	歯磨き・洗顔 ○	歯磨き・洗顔 ○	歯磨き・洗顔 ○	歯磨き・洗顔 ○
着替え ○	着替え ○	着替え ○	着替え ○	着替え ○	着替え ○	着替え ○
お洒落する ○	お洒落する ○	お洒落する ○	お洒落する ○	お洒落する ○	お洒落する ○	お洒落する ○
ゴミを出す ○	ゴミを出す ○	ゴミを出す ○	ゴミを出す ○	ゴミを出す ○	ゴミを出す ○	ゴミを出す ○
新聞をとる ○	新聞をとる ○	新聞をとる ○	新聞をとる ○	新聞をとる ○	新聞をとる ○	新聞をとる ○
テレビをみる ○	テレビをみる ○	テレビをみる ○	テレビをみる ○	テレビをみる ○	テレビをみる ○	テレビをみる ○
布団を干す ○	布団を干す ○	布団を干す ○	布団を干す ○	布団を干す ○	布団を干す ○	布団を干す ○
植木の水 ○	植木の水 ○	植木の水 ○	植木の水 ○	植木の水 ○	植木の水 ○	植木の水 ○
ペットの世話 ○	ペットの世話 ○	ペットの世話 ○	ペットの世話 ○	ペットの世話 ○	ペットの世話 ○	ペットの世話 ○
ポットのお湯 ○	ポットのお湯 ○	ポットのお湯 ○	ポットのお湯 ○	ポットのお湯 ○	ポットのお湯 ○	ポットのお湯 ○
朝食 ○	朝食 ○	朝食 ○	朝食 ○	朝食 ○	朝食 ○	朝食 ○
火の元確認 ○	火の元確認 ○	火の元確認 ○	火の元確認 ○	火の元確認 ○	火の元確認 ○	火の元確認 ○
薬を飲む ○	薬を飲む ○	薬を飲む ○	薬を飲む ○	薬を飲む ○	薬を飲む ○	薬を飲む ○
食事の片付け ○	食事の片付け ○	食事の片付け ○	食事の片付け ○	食事の片付け ○	食事の片付け ○	食事の片付け ○
お茶を飲む ○	お茶を飲む ○	お茶を飲む ○	お茶を飲む ○	お茶を飲む ○	お茶を飲む ○	お茶を飲む ○
掃除 ○	掃除 ○	掃除 ○	掃除 ○	掃除 ○	掃除 ○	掃除 ○

洗濯	洗濯	洗濯	洗濯	洗濯	洗濯	洗濯
郵便受け	郵便受け	郵便受け	郵便受け	郵便受け	郵便受け	郵便受け
携帯を持つ	携帯を持つ	携帯を持つ	携帯を持つ	携帯を持つ	携帯を持つ	携帯を持つ
テレビを消す	テレビを消す	テレビを消す	テレビを消す	テレビを消す	テレビを消す	テレビを消す
戸締り	戸締り	戸締り	戸締り	戸締り	戸締り	戸締り
散歩	散歩	散歩	散歩	散歩	散歩	散歩
病院	病院	病院	病院	病院	病院	病院
デイサービス	デイサービス	デイサービス	デイサービス	デイサービス	デイサービス	デイサービス
買い物	買い物	買い物	買い物	買い物	買い物	買い物
外出	外出	外出	外出	外出	外出	外出
テレビをつける	テレビをつける	テレビをつける	テレビをつける	テレビをつける	テレビをつける	テレビをつける
布団を取込む	布団を取込む	布団を取込む	布団を取込む	布団を取込む	布団を取込む	布団を取込む
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
火の元確認	火の元確認	火の元確認	火の元確認	火の元確認	火の元確認	火の元確認
薬を飲む	薬を飲む	薬を飲む	薬を飲む	薬を飲む	薬を飲む	薬を飲む
食事の片付け	食事の片付け	食事の片付け	食事の片付け	食事の片付け	食事の片付け	食事の片付け
洗濯物取り込	洗濯物取り込	洗濯物取り込	洗濯物取り込	洗濯物取り込	洗濯物取り込	洗濯物取り込
回覧板を回す	回覧板を回す	回覧板を回す	回覧板を回す	回覧板を回す	回覧板を回す	回覧板を回す
お茶を飲む	お茶を飲む	お茶を飲む	お茶を飲む	お茶を飲む	お茶を飲む	お茶を飲む
郵便受け	郵便受け	郵便受け	郵便受け	郵便受け	郵便受け	郵便受け
夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食

食事の片付け	食事の片付け	食事の片付け	食事の片付け	食事の片付け	食事の片付け	食事の片付け
ペットの世話	ペットの世話	ペットの世話	ペットの世話	ペットの世話	ペットの世話	ペットの世話
風呂をわかす	風呂をわかす	風呂をわかす	風呂をわかす	風呂をわかす	風呂をわかす	風呂をわかす
入浴	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴
火の元点検	火の元点検	火の元点検	火の元点検	火の元点検	火の元点検	火の元点検
お茶を飲む	お茶を飲む	お茶を飲む	お茶を飲む	お茶を飲む	お茶を飲む	お茶を飲む
家計簿・日記	家計簿・日記	家計簿・日記	家計簿・日記	家計簿・日記	家計簿・日記	家計簿・日記
携帯充電	携帯確認	携帯充電	携帯充電	携帯充電	携帯充電	携帯充電
テレビを消す	テレビを消す	テレビを消す	テレビを消す	テレビを消す	テレビを消す	テレビを消す
戸締り	戸締り	戸締り	戸締り	戸締り	戸締り	戸締り
消灯	消灯	消灯	消灯	消灯	消灯	消灯