

# 嘉基托嬰中心生活作息時間表

## 2-6 個月

星期 時間	一	二	三	四	五
07:30~08:30	寶貝快樂上學/量體溫/檢視寶貝身體狀況				
08:30~09:30	準備寢具/小睡片刻				
09:30~10:00	收拾寢具/換尿布/按摩時間/感覺統合運動/翻身、坐立練習				
10:00~10:30	洗手/享用美味點心/餐後漱口				
10:30~11:00	故事聆聽/圖卡欣賞/音樂欣賞				
11:00~11:30	喝ㄋㄟㄋㄟ/換尿布/量體溫				
11:30~15:00	準備寢具/甜蜜夢鄉				
15:00~15:30	收拾寢具/整理儀容/換尿布				
15:30~16:00	喝ㄋㄟㄋㄟ/量體溫				
16:00~16:30	玩具探索時間				
16:30~17:00	換尿布/整理書包				
17:00~18:00	放學囉/親師交流				
放學後	環境消毒/紫外燈殺菌				

備註：實際作息時間會因寶貝個別需求不同及學習狀況而有所調整。