

	第1週目	第2週目	第3週目	第4週目	毎日
月	掃除機かけ(全室)	掃除機かけ(全室)	掃除機かけ(全室)	掃除機かけ(全室)	～9:30 洗濯機回す 食器片づけ
	ガスレンジ(壁)	年2回掃除①	引出し整理(1ヶ所)	ガスレンジ(五徳)	
	洗面所水拭き(床・棚)	風呂(バスタブ・壁)	年2回掃除②	ベランダ(ゴミ・手摺)	～10:00 部屋片づけ
	床水拭き(リビング)	床水拭き(ダイニング)	床水拭き(キッチン)	床水拭き(廊下)	～11:30 洗濯物干し
火	フロアモップ(LD・洗面)	フロアモップ(LD・洗面)	フロアモップ(LD・洗面)	フロアモップ(LD・洗面)	～12:30 昼食/片づけ
	棚拭き(LD・和洋室)	棚拭き(LD・和洋室)	棚拭き(LD・和洋室)	棚拭き(LD・和洋室)	～13:30 週掃除①②
	巾木(洋室)				～14:30 夕食(切る)
水	ガラス磨き(LD室内)	網戸掃除(LD室内)	ドア水拭き(全室)	年2回掃除③	～15:30 週掃除③④
	ガラス磨き(LD外側)	網戸掃除(LD外側)	巾木(LD・廊下)	下駄箱掃除	～16:30 夕食(副/汁) 週掃除⑤
	掃除機かけ(LDK・洗面)	掃除機かけ(LDK・洗面)	掃除機かけ(LDK・洗面)	洗濯機・食洗器洗浄	
	トイレ丁寧掃除	トイレ丁寧掃除	トイレ丁寧掃除	掃除機かけ(LDK・洗面)	～17:30 風呂掃除 玄関トイレ掃除
				トイレ丁寧掃除	
木	フロアモップ(LDK・洗面)	フロアモップ(LDK・洗面)	フロアモップ(LDK・洗面)	フロアモップ(LDK・洗面)	～19:00 夕食 (メイン・仕上)
	棚拭き(LD・和洋室)	棚拭き(LD・和洋室)	棚拭き(LD・和洋室)	棚拭き(LD・和洋室)	
金	掃除機かけ(全室)	掃除機かけ(全室)	掃除機かけ(全室)	掃除機かけ(全室)	～20:00 夕食・片づけ
	棚拭き(キッチン)	冷蔵庫掃除(外扉)	冷蔵庫掃除(野菜室)	年2回掃除④	
	換気扇フィルター替(洗・便)	冷蔵庫掃除(内扉)	冷蔵庫掃除(チルド)	年2回掃除⑤	～20:30 洗濯物片づけ
	換気扇掃除(風呂)	冷蔵庫掃除(上段)	冷蔵庫掃除(冷凍室)	風呂(洗い場壁)	～21:00 お弁当、洗米
	天井・物干掃除(風呂)	冷蔵庫掃除(下段)	アイロンかけ	アイロンかけ	～21:30 入浴
	アイロンかけ	アイロンかけ			～22:00 LD片づけ

	1/7月	2/8月	3/9月	5月/11月	週1回洗濯(枕カバー)
年 2 回 掃 除	天井、壁ホコリ取り(LD)	汚れた壁の水拭き(1ヶ所)	風呂(エプロン)	丁寧ガラス磨き(洋室大)	第1週
	天井、壁ホコリ取り(キッチン・廊下)	換気扇掃除(キッチン)	布団乾燥機	丁寧網戸掃除(洋室大)	第2週
	天井、壁ホコリ取り(洋室)	丁寧ガラス磨き(LD)	丁寧網戸掃除(LD)		第3週
	ガスレンジフード掃除				第4週
	4/10月	6月	12月	月1回洗濯	第5週
	厚手カーテン洗濯	丁寧ガラス磨き(洋室小)	丁寧ガラス磨き(洋室小)	レースカーテン	
	衣替え・押入れ掃除(10月)	丁寧網戸掃除(洋室小)	丁寧網戸掃除(洋室小)	布団カバー	
	エアコン掃除	衣替え・押入れ掃除	布団乾燥機	敷布団カバー	
		布団乾燥機		毛布/タオルケット	
				敷パット	