

Thời gian biểu hàng ngày

Thời gian biểu làm việc (thứ 2 -> thứ 7):

- Buổi sáng: 8:00 am – 12:00 pm (NII).
- Buổi chiều: 1:00 pm – 6:00 pm (NII)
- Buổi tối: 8:00 pm – 10:00 pm (home).

Thời gian biểu sinh hoạt (thứ 2 -> thứ 7):

- Buổi sáng: thức dậy lúc 6:00 am, ra khỏi nhà lúc 7:00 am để đi đến NII, có mặt tại NII lúc 8:00 am.
- Buổi chiều: 12:00 pm – 1:00 pm ăn cơm trưa, bắt đầu làm việc buổi chiều lúc 1:00 pm.
- Buổi tối: 6:00 pm bắt đầu đi về nhà, có mặt tại nhà lúc 7:00 pm, ăn tối 7:00 pm – 8:00 pm. Bắt đầu học/làm việc buổi tối lúc 8:00 pm – 10:00 pm. Đi ngủ lúc 10:00 pm.

*Chủ nhật:

Tuần 1, 3 trong tháng: học tiếng Nhật. Tuần 2, 4: nghỉ ngơi/đi dã ngoại.

- Buổi sáng thức dậy lúc 6:00 am, chạy thể dục lúc 6:30 – 7:30 am.
- Học tiếng Nhật: Buổi sáng: 8:00 am – 12:00 pm.
 Buổi chiều: 1:00 pm – 5:00 pm.
 Buổi tối: 7:00 pm – 10:00 pm.