

# 私の暮らし一覧

**ユーザーID:** eri2

**作成日:** eri2

**更新日:** 2025-10-11 03:44:06

私らしい暮らし	
普段の食事の回数	遅めの朝食、間食兼の昼食、遅めの夕食
普段の朝ごはん	和食、ご飯、味噌汁、簡単なおかず
普段の昼ごはん	パンや麺類がおおい
普段の夜ごはん	しっかりした食事、和食も洋食もあり
普段の間食	昼食と兼で果物など
お酒やタバコ	毎晩晩酌、1杯程度。タバコは吸わない。
起床時間	5時起床
就寝時間	10時就寝
日中の家事	炊事、洗濯、掃除、買い物、庭の草むしり
自由時間の過ごし方	youtubeを見る、SNS、散歩
会う人	趣味のサークルの友人、幼馴染
トイレの様式	洋式
入浴習慣	長湯はしない。月に1度は温泉に行く。
身だしなみ	歯磨きは朝晩、薄化粧、髪を整える
美容院・散髪	月に1度、美容院でカットと白髪染め
好きな色	グレー、紺
好きな服装	動きやすくカジュアルだが、ワイドパンツなど少しおしゃれなもの
好きな履物	スニーカー
好きな音楽	ジャズ、青春時代の歌謡曲
好きなTV・ラジオ	お笑い、福山雅治のラジオ番組
レジャー活動	産直巡り、目的を決めず気の向くままに散策
お気に入りの場所	図書館
仕事状況	アルバイトを週2回、1日3時間程度
興味・関心	スポーツ中継全般
得意・苦手	得意なことはDIY、苦手なことは料理
性格・特徴	物静かで、一人で過ごすことが多い
その他	毎日コーヒーをたてる
続けたいこと	趣味や楽しみ事を続けたい
もっとやりたいこと	友人と会う,おしゃれ,外出の機会
暮らしたい場所	住み慣れた我が家
不安・悲しみ	経済的な心配
手伝ってほしいこと	未設定

私らしい暮らし	
将来のケア計画	介護が必要になったら施設で暮らしたい