

法務部矯正署高雄女子監獄搬運隊收容人作息時程表

06:30~06:40	起床、點名
06:40~07:00	洗漱、整理內務
07:00~07:50	早餐
07:50~08:00	點名、開封
08:00~08:20	清掃行程事項宣導
08:20~09:00	搬運教室環境整理
09:00~10:00	倒垃圾(星期一、三、五)、回收(星期二、四)
10:00~10:15	隊部休息
10:15~11:00	簡易修繕(馬桶、水龍頭)、清掃(公共區域)
11:00~12:00	盥洗、午餐
12:00~13:30	午休
13:30~13:40	搬運行程事項宣導
13:40~14:00	運動時間
14:00~14:50	收集各場舍貨品及材料
14:50~15:10	休息、飲水時間
15:10~15:50	各工場送貨
15:50~17:00	晚餐、盥洗
17:00~17:30	收封、點名
17:30~18:00	舍房活動
18:00~19:00	閱讀、書寫時間
19:00~20:00	靜思時間
20:00~21:00	舍房活動、整理內務
21:00~	就寢