



# 地域活動支援センターみどいの

## 令和6年 12月 プログラム



2月	3月	4月	5月	6月	7月		
月	火	水	木	金	土		
ヨーガ	クリスマス飾り を作ろう	リラックス エクササイズ <small>*健康チェックも 行います</small>	Everyday English	つくば市役所 物品販売会	閉所		
フリー	クリスマス飾り を作ろう	フリー	中国語	外出プログラム のため地活は 一日閉所します			
9月	10月	11月	12月	13月	14月		
月	火	水	木	金	土		
ヨーガ	影絵	フリー	リラックス エクササイズ <small>*健康チェックも 行います</small>	Everyday English	影絵	フリー	閉所
フリー	フリー	フリー	中国語	フリー	フリー	フリー	
16月	17月	18月	19月	20月	21月		
月	火	水	木	金	土		
ヨーガ	クリスマス飾り り付け	クリーンデイ 大掃除&お茶会	Everyday English	影絵	フリー	閉所	
フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー		フリー
23月	24月	25月	26月	27月	28月		
月	火	水	木	金	土		
ヨーガ	影絵	フリー	クリスマス会 笑いヨーガ	大掃除	1年を 振り返って	閉所	
フリー	フリー	フリー	麻雀	フリー	フリー		フリー
30月	31月						
月	火						
閉所	閉所	ホームページ <a href="http://www.sousikai.jp/">http://www.sousikai.jp/</a> ぜひ1度ご覧ください!!					

**影絵劇団「遊源座」メンバー募集中!!**  
 メンバーは変わりながらも25年以上、影絵劇団  
 遊源座は様々な作品をお届けしてきました。  
 そんな歴史ある遊源座にご興味のある方がいらした  
 ら、ぜひスタッフにお声かけください。  
 お待ちしています!

**今月の影絵お休み日\*活動日は火、金です。**  
 3日(火)、6日(金)、17日(火)、  
 27日(金)

**プログラム案内**

**6日(金) つくば市役所物品販売会**  
 つくば市役所で手工芸品を販売します。商品が売れ  
 る喜びを感じてみませんか?詳細は後日お知らせし  
 ます。8:45~15:00の予定。  
 定員 5名(先着順)費用: **昼食代実費(持参可能)**  
 参加申込み締切 12月4日  
 ※外出するため、地活は一日閉所になります。

**25日(水) クリスマス会&忘年会**  
 クリスマス気分を味わったり、新しい気持ちで来年  
 を迎える準備をしたり、楽しく過ごしましょう。  
 10:00~12:00の予定。  
 参加申込み締切 12月13日  
 参加費 500円

**地活1日の流れ**

- 8:30 開所 弁当注文受付 出席簿記入
- 9:30 ラジオ体操
- 10:00 午前のプログラム開始  
プログラム参加以外の方は  
思い思いに過ごして下さい。
- 11:30 全員集合してミーティング  
ミーティング終了後清掃
- 12:00 昼食
- 13:00 フリー
- 15:30 閉所