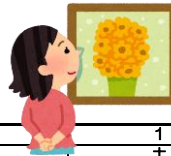




地域活動支援センターみどりの

令和7年 3月 プログラム



3月						1 土
3 月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土	
3月1日につくばカピオホールで遊源座が影絵公演を行います。 3月4日から3月9日までは茨城県つくば美術館に地域活動支援センターみどりので作成した絵画が展示されています。 他にも多くの団体が参加しているので、ぜひ足を運んでみてください！						出張影絵公演 (チャレンジアート 舞台発表) ※みどりの閉所
手工芸	チャレンジアート 作品展へ行こう！ ※みどりの閉所	リラックス エクササイズ *健康チェックも行います	Everyday English	影絵	フリー	
フリー	フリー	フリー	中国語	フリー		
10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土	
手工芸	春の折り紙	笑いヨガ *健康チェックも行います	Everyday English	影絵	フリー	閉所
フリー	フリー	フリー	中国語	フリー		
17 月	18 火	19 水	20 木	21 金	22 土	
ヨーガ	クリーンデイ &お茶会	リラックス エクササイズ *健康チェックも行います	閉所	クッキング	フリー	閉所
フリー	フリー	フリー		フリー		
24 月	25 火	26 水	27 木	28 金	29 土	
ヨーガ	影絵	フリー	リラックス エクササイズ *健康チェックも行います	Everyday English	メンバー ミーティング	閉所
フリー	フリー	フリー	麻雀	フリー		
31 月						
頭の体操& しりとりゲーム	ホームページ http://www.sousikai.jp/ ぜひ1度ご覧ください！！					
フリー						

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。お待ちしております！

今月の影絵お休み日 *活動日は火、金です。
4(火)、11(火)、18(火)、21(金)、28(金)

1日 出張影絵公演(チャレンジアート舞台発表)
遊源座が練習の成果を発揮してきます。
ぜひ見に来てください！
発表時間：13時15分
場所：つくばカピオホール
※公演は影絵メンバーのみの参加になります。
※外出のため、みどりのは終日閉所になりますのでご注意ください。

4日 チャレンジアート作品展へ行こう！
絵画や写真などのアート作品を見に行きます。みんなと一緒に作った作品が飾られている様子も見れますよ！
場所：茨城県つくば美術館
参加申込締切：3月3日(月)
定員：6名程度(定員に達し次第締切ります)
※外出のため、みどりのは午前中閉所になりますのでご注意ください。

21日 クッキング
果物とクリームをパンに挟んでフルーツサンドを作ります。紅茶もありますよ。
参加申込締切：3月14日(金) 参加費：200円

地活1日の流れ

- 8:30 開所 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