



地域活動支援センターみどいの

令和8年 2月 プログラム



月 2	火 3	水 4	木 5	金 6		土 7
ヨーガ	チャレア 作品作り	笑いヨーガ	中国語	影絵	フリー	閉所
フリー	フリー	フリー	フリー	フリー		
月 9	火 10	水 11	木 12	金 13		土 14
ヨーガ	バレンタイン ケーキ作り	閉所	中国語	影絵	フリー	閉所
フリー	フリー		フリー	チャレア 作品作り		
月 16	火 17	水 18	木 19	金 20		土 21
ヨーガ	チャレア 作品作り	リラックス エクササイズ *健康チェック	クリーンデイ &お茶会	節分飾り 作り		閉所
フリー	フリー	麻雀	フリー	フリー		
月 23	火 24	水 25	木 26	金 27		土 28
閉所	梅鑑賞散歩 &外食	リラックス エクササイズ *健康チェック	メンバー ミーティング	影絵	フリー	閉所
	フリー	フリー	フリー	フリー		
ホームページ http://www.sousikai.jp/ ぜひ1度ご覧ください！！				グレー表記は 閉所です。		



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。
3日(火)、10日(火)、17日(火)、20日(金)、24日(火)

2/10(火) バレンタインケーキ作り

今月はバレンタインです！皆さんでチョコケーキを
作って食べましょう。
時間：9:30~12:00
料金：200円
参加締切日：2/6(金)

2/20(金) 節分飾り作り

節分や春に向けたのれん作りを行います。アイデアが
あればぜひ持ちこんでください。

2/24(火) 梅鑑賞散歩&外食

公園に咲く梅を見ながら散歩をします。その後サイゼ
リアで昼食を食べます！季節の花を皆さんで鑑賞しま
しょう！
時間：9:30~13:15
散歩場所：四季の里公園
昼食場所：サイゼリア
料金：昼食代実費
参加締切日：2/20(金)
参加人数：8名程度
*人数に達したら締め切ります。
*外出プログラムなので13:15まで閉所です。

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