

# 地域活動支援センターみどりの

## 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
フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	閉所
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
フリー	フリー		フリー	チャレア 作品作り	閉所
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	クリーンティ &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
	フリー	フリー	フリー	フリー	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！！			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。
お待ちしています！
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)
<b>2/10(火) バレンタインケーキ作り</b> 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）
<b>2/20(金) 節分飾り作り</b> 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。
<b>2/24(火) 梅鑑賞散歩&amp;外食</b> 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 閉所 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