

# 地域活動支援センターみどりの

令和8年 6月 プログラム



| 月<br>1  | 火<br>2           | 水<br>3  | 木<br>4       | 金<br>5  | 土<br>6             |
|---------|------------------|---|--------------|---------|--------------------|
| ヨーガ     | 吊るし飾り作り          | リラックスエクササイズ<br><small>※健康チェックも行います。</small>   | 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<br>8  | 火<br>9           | 水<br>10   | 木<br>11      | 金<br>12 | 土<br>13            |
| ヨーガ     | 外出プログラム<br>あやめ祭り | リラックスエクササイズ<br><small>※健康チェックも行います。</small>   | 中国語          | 影絵 フリー  | 閉所                 |
| フリー     |                  | フリー   | フリー          | フリー     |                    |
| 月<br>15 | 火<br>16          | 水<br>17   | 木<br>18      | 金<br>19 | 土<br>20            |
| ヨーガ     | 影絵 フリー           | リラックスエクササイズ<br><small>※健康チェックも行います。</small>   | メンバーミーティング   | 音楽鑑賞    | 閉所                 |
| フリー     | フリー              | フリー   | 麻雀           | フリー     |                    |
| 月<br>22 | 火<br>23          | 水<br>24   | 木<br>25      | 金<br>26 | 土<br>27            |
| ヨーガ     | 影絵 フリー           | 笑いヨーガ   | クリーンデイ & お茶会 | 影絵 フリー  | 閉所                 |
| フリー     | フリー              | フリー   | フリー          | フリー     |                    |
| 月<br>29 | 火<br>30          | ホームページ<br><a href="http://www.sousikai.jp/">http://www.sousikai.jp/</a><br>ぜひ1度ご覧ください!! |              |         | グレー表記は<br>閉所になります。 |
| ヨーガ     | ミニゲーム遊び          |   |              |         |                    |
| フリー     | フリー              | 午後  |              |         |                    |

**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。  
2日(火)、9日(火)、19日(金)  
30日(火)

**9日(火) あやめ祭り**  
潮来に行き、あやめをみなさんで見に行きます!今の時期しか咲いていない為ぜひご参加ください。

時間: 9:00~14:30  
参加人数: 8名程度  
料金: 昼食代(450円)  
申し込み期限: 6/5(金)  
\*屋台も出ているので小銭をお持ちください。  
\*昼食は潮来事業所のお弁当です!

**19日(金) 音楽鑑賞**  
皆さんの好きな音楽を持ち寄り鑑賞します。CDを持ってくるでもよし、携帯で流すでもよしです。新しいジャンルの音楽に出会えるかもしれません!

**30日(火) ミニゲーム遊び**  
色々なミニゲームで遊びます。ポイントに応じた商品もあるので一緒に楽しみましょう!



6/9外出プログラムにちなんで...

## あやめ雑学

あやめは色によって花言葉が違います。  
紫...「知恵」「よい便り」 白...「純粹」「やさしさ」 青...「信念」「強い希望」  
園内を散策して自分に合う色の花を見つけてみてください!

## 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

