

地域活動支援センター
つくばライフサポートセンターみどいの
令和4年4月 プログラム

隔週火曜日午後の

ミニプログラムの内容は

通所したみんなで一緒に考えます♪

						1	2
						金	土
必ずしもプログラムに参加しなくてOK! 読書、勉強、塗り絵、ゲーム、おしゃべり 等々、思い思いに過ごしていただけます。				午前 (10:00~11:00)	手工芸	閉所日	
				午後 (13:00~14:00)	フリー		
4	5	6	7	8	9		
月	火	水	木	金	土		
フリー	健康 チェック	中国語	リラックス エクササイズ	Everyday English!	春を見つけに お散歩	閉所日	
フリー		ミニプロ グラム	フリー	フリー	フリー		
11	12	13	14	15	16		
月	火	水	木	金	土		
フリー	手工芸	中国語	リラックス エクササイズ	Everyday English!	クリーンデイ &お茶会	閉所日	
フリー		フリー	フリー	フリー	フリー		
18	19	20	21	22	23		
月	火	水	木	金	土		
フリー	健康 チェック	中国語	リラックス エクササイズ	Everyday English!	語る会 私の好きな色	閉所日	
フリー		ミニプロ グラム	フリー	フリー	フリー		
25	26	27	28	29	30		
月	火	水	木	金	土		
フリー	手工芸	中国語	笑いヨガ	麻雀クラブ	手工芸 お疲れ様会♪	閉所日	
フリー		フリー	フリー	フリー	フリー		

コロナウイルス感染予防に関するお願い

- ・検温 換気 うがい・手洗い 手指のアルコール消毒
を 引き続き実施します。
 - ・マスクを着用し通所してください。
 - ・コロナウイルスの影響を考慮し
プログラム活動は半日となります。
 - ・面談日は予定しておりませんが
相談のある方はお気軽にお声かけください。
- ご理解、ご協力の程、よろしくお願いいたします。

4/8(金) 春を見つけにお散歩

春を見つけにお散歩に行きましょう♪
 現地集合・解散も可能です。
 時間：9：00～12：00
 場所：万博記念公園（参加申し込み：4/5まで）
 持ち物：障害者手帳、バス代(200円)
 ※コロナの感染状況によって変更の可能性あり。
 公共交通機関での参加を考えています。

地活の一日
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 ※月曜日は午前中がフリー