


ホームページ
https://
www.sousikai.jp/
ぜひ一度ご覧ください!

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りの
令和5年10月 プログラム



2月	3月	4月	5月	6月		7月
月	火	水	木	金		土
チャレアについて の話し合い ※健康チェックも行います	リラックス エクササイズ	チャレア作品制作	Everyday English!	影絵	手工芸	閉所日
ヨーガ ※窓を開けて行います ※健康チェックも行います	フリー	フリー	中国語	フリー		
9月	10月	11月	12月	13月		
チャレア作品制作	リラックス エクササイズ	漢検・英検 計算問題	メンバー ミーティング	手工芸		閉所日
午後閉所	フリー	フリー	中国語	フリー		
16月	17月	18月	19月	20月		21月
トランプ・ウノ ※健康チェックも行います	リラックス エクササイズ	絵しりとり	Everyday English!	影絵	手工芸	閉所日
ヨーガ ※窓を開けて行います	フリー	フリー	フリー	チャレア作品制作		
23月	24月	25月	26月	27月		28月
ボードゲームを 楽しもう ※健康チェックも行います	クリーンデイ& お茶会	笑いヨガ	Everyday English!	影絵	手工芸	おひさまサンサン まつり
フリー	フリー	フリー	麻雀クラブ	チャレア作品制作		
30月	31月					
カラオケ ※健康チェックも行います	ハロウィン パーティー	必ずしもプログラムに参加しなく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。				
ヨーガ ※窓を開けて行います	フリー					

地域活動支援センターからのお知らせ

コロナウイルス感染予防に関するお願い

- ・引き続きマスク着用と検温、換気、うがい・手洗い、手指のアルコール消毒のご協力をお願いします。
- ・プログラム活動は基本的に半日となります。また、状況によっては事前連絡が間に合わずプログラムの中止、お休みになることがあります。予めご了承ください。
- ・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。リモート面談も可能です。

活動場所変更のお知らせ

- ・学園事業所の移転に伴い、4/3(月)より1階ホールから2階作業室に変更になっています。

プログラム案内

2(月)チャレアの話し合いについて

今年もチャレンジアートフェスティバルinつくばに参加します。みんなで作る作品について話し合います。

4(木)・9(月)・20(金)・27(金)チャレア作品制作

協力して作品を作りましょう。参加できる時だけで大丈夫です。

28(土)おひさまサンサンまつり

つくばカピオに行きます。参加希望の方はスタッフにお知らせ下さい。

30(月)カラオケ

大会を開催します。歌を歌って、みんなで楽しみましょう。

31(火)ハロウィンパーティー

お菓子パーティーを開催します。仮装も大歓迎です。



～地活1日の流れ～

- 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