



# 地域活動支援センターみどりの

## 令和6年5月 プログラム



		1	2	3	4
		水	木	金	土
ホームページ https:// www.sousikai.jp/ ぜひ一度ご覧ください!		手工芸	音楽鑑賞	閉所日	閉所日
		フリー	フリー		
6月	7火	8水	9木	10金	11土
クッキング	リラックス エクササイズ ※健康チェックも行います	カードゲーム	Everyday English!	フリー	影絵
閉所日	フリー	フリー	中国語	フリー	
13月	14火	15水	16木	17金	18土
ヨガ ※窓を開けて行います	リラックス エクササイズ ※健康チェックも行います	手工芸	Everyday English!	フリー	影絵
フリー	フリー	フリー	中国語	フリー	
20月	21火	22水	23木	24金	25土
ヨガ ※窓を開けて行います	クリーンデイ & お茶会	笑いヨガ	Everyday English!	フリー	影絵
フリー	フリー	フリー	フリー	麻雀	
27月	28火	29	30	31	
ヨガ ※窓を開けて行います	リラックス エクササイズ ※健康チェックも行います	手工芸	メンバー ミーティング	フリー	影絵
フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	

### みどりのからのお知らせ

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。

### プログラム案内

#### 6(月)クッキング

お好み焼きとフルーチェを作ります。参加を希望する方は5/2までにスタッフまでお声掛けください。

#### 曜日・時間変更について

以下のように変更になります

ヨガ 月午後→月午前10:30~11:00  
リラックスエクササイズ 月曜日→火曜日

#### 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下さい。

### ～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