

筑紫地区地域活動支援センター つくしひあ

2月の予定表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午前 10:00~12:00	令和7年度の『利用登録』の更新を受付中です ◎つくしひあのホームページQRコード⇒	天候等により活動内容が変更・中止になることがあります。ご了承下さい。					1
午後 13:30~15:00	でも予定表が見れます。 ホームページQRコード⇒						
16:30~17:15							
	2	3	4	5	6	7	8
午前 10:00~12:00	スポレク ターゲットスロー	園芸活動 畑の手入れ/『野菜の時間』視聴	一品調理の日 キムチ鍋	生産活動・テープはがし	フリータイム	フリータイム	
午後 13:30~15:00	スポレク ターゲットスロー	豆まき 一品調理の日① 買い物の	調理ブチミーティング 3月のメニュー決め トワイライトカフェ	生産活動・岩塩袋詰め 15:15~16:15☆職員会議	おしゃべり会 病気の苦労を語ろう	R7年度 活動振り返り	休み
16:30~17:15							
	9	10	11	12	13	14	15
午前 10:00~12:00	園芸 10:30~花壇 お花の手入れ	フリータイム 2人	建国記念 の日	生産活動・テープはがし	創作活動 モールフラワー作り	体験クッキング フォンダンショコラ	
午後 13:30~15:00	活動ブチミーティング 3月の外出活動について	楽学講座 生活を整える		生産活動・岩塩袋詰め 体験クッキング 買い物の	創作活動 モールフラワー作り	体験クッキング フォンダンショコラ	休み
16:30~17:15		トワイライトカフェ					
	16	17	18	19	20	21	22
午前 10:00~12:00	一品調理の日② 買い物の	一品調理の日 グラタン	フリータイム ヤクルト	生産活動・テープはがし	創作活動 カレンダー作り	美化活動	
午後 13:30~15:00	外出活動事前ミーティング 工場見学について	おしゃべり会 コミュニケーションゲーム	ヤクルト出張教室 コソコソちゃん 骨骨貯筋でロコモ予防	生産活動・岩塩袋詰め 15:15~16:15☆職員会議	創作活動 カレンダー作り	大ミーティング	休み
16:30~17:15			トワイライトカフェ				
	23	24	25	26	27	28	
午前 10:00~12:00	天皇誕生日	園芸活動 畑の手入れ/『野菜の時間』視聴	外出活動 ヤクルト工場	生産活動・テープはがし	カレーの日	フリータイム	
午後 13:30~15:00	掃除の日			生産活動・岩塩袋詰め カレーの日 買い物の	みんなでフリータイム	上映会 記憶にございません!	
16:30~17:15		トワイライトカフェ					

【創作活動】(13・20日)
13日：モールフラワー作り
モールを使って、手作りのお花をつくりましょう。バレンタインの贈り物にもぜひ♪

20日：カレンダー作り
3月のカレンダーを作りましょう

【園芸活動】(3・9・24日)
9日：花壇・プランターの手入れ
3・24日：畑の手入れ、肥料やり
NHK『野菜の時間』視聴

※天候等により日時変更の可能性あり。

【みんなでフリー タイム】(27日)
集まったメンバーでやりたいことを決めてフリータイムをすごしましょう

【おしゃべり会】(6・17日)
6日：病気の苦労を語ろう
病気で苦労したこと、悩んだこと、考えたことなどぶっちゃけトークをしてみませんか。
17日：コミュニケーションゲーム
コミュニケーションを使ったゲームを楽しみましょう。

**【スポレク】(2日)
ターゲットスロー**
ボッチャとのてを組み合わせたレクリエーション！ルールはみんなで考えましょう♪



【体験クッキング】(14日)
・フォンダンショコラ

※要予約 体験された方は実食できます。

【一品調理の日】(4日・17日)
① 4日：キムチ鍋
②17日：グラタン

※弁当の予約がない方でも食べられます。

【カレーの日】(27日)
・ハンバーグカレー

※26日(木)、午前9時25分までに予約をして下さい。

【楽学講座】(10・18日)
10日：春に向けて気持ちと生活を整えよう
18日：骨骨貯筋(コソコソちゃん)でロコモ予防
中央福岡ヤクルト販売(株)による出張教室

【活動ブチミーティング】(4・9・16日)
4日：3月の調理メニュー決め
9日：3月の外出活動について
16日：外出活動 事前ミーティング

【外出活動】(25日)
・ヤクルト福岡工場
工場を見学して昼食を食べます♪

※申込み締め切り2月21日(土)

【トワイライトカフェ】(水曜日)
みんなで集まって、お茶を飲みながらおしゃべりしたり、ゲームをしたりしましょう。

お弁当のご注文は当日の9時25分までです。
以降のキャンセルは、キャンセル料(200円)が発生します。