

コミュニティガーデンつくば
プログラム予定表
2026年



2月



February

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
カルチャールーム	午前 ★マークはボランティアです ♥マークは販売業者です	午後 インスタはこちらからご覧になれます	お願い	ハニーが不足しております。 ハニー銀行に預けて頂けますよう お願い致します。	今年の恵方は 南南東！		
スタジオ	午前 午後 ♪♪今月のサロン♪♪		CGTSUKUBA	活動の様子が載ってます			
温水プール	午前 5(木) 11(水) 16(月) 21(土) 27(金)	午後					
料理教室	※都合により変更する場合がございます						
食堂・その他		節分					
買い物ツアー							
	2	3	4	5	6	7	8
カルチャールーム	みんなで歌おう ブリザーブドフラワー キラキラローズ	ちくちく縫う手仕事 季節を描こう 絵手紙	★編み物教室	ほのぼのパステル画/ ★パソコン教室	タオルで作る お馬さん		
スタジオ	午前 青竹体操	午後 ペットボトル体操	美姿勢バレエ セラバンド体操		ボール体操 タオル体操		
温水プール	午前 浮き棒体操	午後	水中ウォーキング		ビート板体操		
料理教室	厚揚げの酢豚風				豚肉の味噌炒め		
食堂・その他		スマホ教室		中国語講座		スマホ教室	
買い物ツアー	カスミ ひたち野牛久店	クスリのアオキ	♥移動販売	ヨークベニマル ひたち野牛久店			
	9	10	11 建国記念日	12	13	14	15 HAPPY VALENTINE'S DAY
カルチャールーム	午前 水彩色鉛筆画	午後 アロマで作る芳香剤 春色 フラワーアレンジ	みんなで歌おう ほのぼのパステル画	★編み物教室 折り紙物語	アロマで作る芳香剤 折り紙物語	ちりめんで作る小物 みんなで歌おう	
スタジオ	午前 リラックスストレッチ	午後 筋力アップ体操	青竹体操 ペットボトル体操		棒体操 セラバンド体操		
温水プール	午前 水中筋トレ	午後	お楽しみ体操		水中口コモ体操		
料理教室				ちくわのニラ炒め	チョコマフィン		
食堂・その他		中国語講座		スマホ教室			
買い物ツアー	ヨークベニマル ひたち野牛久店			うおまつ 本店	♥移動販売		
	16	17	18	19	20	21	22
カルチャールーム	午前 そろばん教室	午後 春色フラワー アレンジ	タオルで作る お馬さん 季節を描こう 絵手紙	ブリザーブドフラワー 春のリース	★編み物教室 盆栽風梅飾り	ボンドで作るミニブーケ/ ★パソコン教室 そろばん教室	ブリザーブドフラワー 春のリース
スタジオ	午前 ★ストレッチヨガ	午後 ボール体操		スカーフ体操 棒体操		青竹体操 筋力アップ体操	
温水プール	午前 水中ウォーキング	午後		★水泳教室 ビート板体操		浮き棒体操	
料理教室				豚バラ肉豆腐			鶏肉とねぎの ごまマヨ炒め
食堂・その他	中国語講座				スマホ教室		
買い物ツアー	ポケットファームどきどき		ヨークベニマル ひたち野牛久店		カスミ ひたち野牛久店		
	天皇誕生日 23	24	25	26	27	28	
カルチャールーム	午前 3月のカレンダー	午後 写経 (筆ペンを使って)	3月のカレンダー/ ★パソコン教室 盆栽風梅飾り	ちりめんで作る小物 書道教室	★編み物教室 おしゃれルーペ	世界遺産を色々知ろう おしゃれルーペ	ボンドで作る ミニブーケ
スタジオ	午前 棒体操	午後 タオル体操		ボール体操 セラバンド体操		リラックスストレッチ ペットボトル体操	
温水プール	午前 水中口コモ体操	午後	水中筋トレ		お楽しみ体操		
料理教室				もちもち 豆腐ドーナツ			
食堂・その他	スマホ教室			スマホ教室			
買い物ツアー	カスミ ひたち野牛久店	♥移動販売		カスミ ひたち野牛久店		クスリのアオキ (ドラッグストア)	