



# Good Time Club

## 11月のプログラム



### 金曜日

#### 1 理美容営業日

9:20 モーニングストレッチ  
9:40 レッツ豆乳  
10:00 肩もみクラブ

14:00 小散歩(ちいさんぽ)  
16:30 唱歌クラブ



### 土曜日

#### 2 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 心の写経

14:00 ミュージックケア  
16:30 唱歌クラブ



### 日曜日

#### 3 文化の日

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 漢字い〜クラブ

14:00 日本茶系茶  
16:30 唱歌クラブ



### 月曜日

#### 4 振替休日

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 脳トレ倶楽部〜十人十色〜

14:00 立花先生のワグナ教室  
16:30 唱歌クラブ



### 火曜日

#### 5 理美容営業日

9:20 モーニングストレッチ  
10:20 フラワーアレンジメント

14:00 ほっとHOTカフェ  
16:30 唱歌クラブ



### 水曜日

#### 6 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 はじめてのクロスワード  
11:30 お寿司を食べよう

14:00 小散歩(ちいさんぽ)  
16:15 加々木五月山



### 木曜日

#### 7 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 クロスワード「上級」

14:00 喫茶ハ化〜スガ  
16:30 唱歌クラブ



#### 8 理美容営業日

9:20 モーニングストレッチ  
9:40 レッツ豆乳  
10:00 肩もみクラブ

14:00 作田先生のスナック教室  
16:30 唱歌クラブ



#### 9 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 心の写経

14:00 小散歩(ちいさんぽ)  
16:30 唱歌クラブ



#### 10 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 漢字い〜クラブ

14:00 霜月茶屋  
16:30 唱歌クラブ



#### 11 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 脳トレ倶楽部〜十人十色〜

14:00 ポツチャ! 大会  
16:30 唱歌クラブ



#### 12 理美容営業日

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 書道倶楽部「お墨つき」

14:00 ヨガ+(プラス)  
16:30 唱歌クラブ



#### 13 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 はじめてのクロスワード

14:00 合唱サークル「アゼリア」  
16:15 加々木五月山



#### 14 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 クロスワード「上級」

14:00 ハーモニカ同好会  
16:30 唱歌クラブ



#### 15 理美容営業日

9:20 モーニングストレッチ  
9:40 レッツ豆乳  
10:00 肩もみクラブ

14:00 「和紙ちぎり絵」の会  
16:30 唱歌クラブ



#### 16 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 心の写経

14:00 ミュージックケア  
16:30 唱歌クラブ



#### 17 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 漢字い〜クラブ

14:00 日本茶系茶  
16:30 唱歌クラブ



#### 18 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 脳トレ倶楽部〜十人十色〜

14:00 立花先生のワグナ教室  
16:30 唱歌クラブ



#### 19 理美容営業日

9:20 モーニングストレッチ  
10:20 フラワーアレンジメント

14:00 フルーツバーラー  
16:30 唱歌クラブ



#### 20 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 はじめてのクロスワード

14:00 喫茶ハ化〜スガ  
16:15 加々木五月山



#### 21 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 クロスワード「上級」

14:00 ドッグセラピー  
16:30 唱歌クラブ



#### 22 理美容営業日

9:20 モーニングストレッチ  
9:40 レッツ豆乳  
10:00 肩もみクラブ

14:00 作田先生のスナック教室  
16:30 唱歌クラブ



#### 23 勤労感謝の日

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 心の写経

14:00 ヨーグルトパーティー  
16:30 唱歌クラブ



#### 24 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 漢字い〜クラブ

14:00 音楽イベント  
16:30 唱歌クラブ



#### 25 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 脳トレ倶楽部〜十人十色〜

14:00 午後のティータイム  
16:30 唱歌クラブ



#### 26 理美容営業日

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 書道倶楽部「お墨つき」

14:00 ヨガ+(プラス)  
16:30 唱歌クラブ



#### 27 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 はじめてのクロスワード

14:00 合唱サークル「アゼリア」  
16:15 加々木五月山



#### 28 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 クロスワード「上級」

14:00 健康セミナー  
16:30 唱歌クラブ



#### 29 理美容営業日

9:20 モーニングストレッチ  
9:40 レッツ豆乳  
10:00 肩もみクラブ

13:00 訪問販売「高山堂」  
16:30 唱歌クラブ



#### 30 モーニングストレッチ

9:20 モーニングストレッチ  
10:00 心の写経

14:00 ご当地スイーツお取り寄せ  
16:30 唱歌クラブ



6日(水) 11:30~

「お寿司を食べよう」

池田の「兼六」の  
美味しいお寿司を出前でお取り寄せ!  
新鮮なネタをお楽しみください!



21日(木) 14:00~

「ドッグセラピー」

可愛い動物に癒されませんか?  
斎藤トレーナーと芝犬の「もえちゃん」が  
ゲストハウスに遊びに来てくれます!



24日(日)

「音楽イベント」

今回は「チェロとピアノのデュオ」です!  
とても素敵な生演奏を  
皆様お楽しみください!



28日(木) 14:00~

「健康セミナー」

今回は「排便コントロール」について  
猪瀬整形外科の中西弥恵看護師が  
お話ししてくださいます。



プログラムの内容は変更となる場合がございます  
金額は全て税込み表示となっています。

詳しくはフロントまでお問合せ下さい

グッドタイム リビング 池田緑丘