



新しい世界を知る喜び、新しい自分に出会える感動!

Good Time Club



2023年



1月のプログラム



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日		
1 モーニングストレッチ 正月遊び★ 「福」つかみ★ ストレッチ	2 モーニングストレッチ 書道倶楽部「お墨つき」★ 昔遊び★ ストレッチ	3 モーニングストレッチ 肩もみクラブ★ ポッチャ!★ ストレッチ	4 モーニングストレッチ 脳トレ倶楽部～十人十色～ リクエスト・シアター★ ストレッチ	5 モーニングストレッチ クロスワード「上級」 新春茶屋★ ストレッチ	6 モーニングストレッチ 肩もみクラブ★ ほっとHOTカフェ★ ストレッチ	7 モーニングストレッチ 心の写経 リクエスト・シアター★ ストレッチ		
8 モーニングストレッチ 漢字い〜クラブ 日本茶茶茶★ ストレッチ	9 モーニングストレッチ 脳トレ倶楽部～十人十色～ 大人の日 フルーツパーラー★ ストレッチ	10 モーニングストレッチ アワーアレンジメント★ ヨーグルトパーティー♪★ ストレッチ	11 モーニングストレッチ 脳トレ倶楽部～十人十色～ ゲーム大会★ ストレッチ	12 モーニングストレッチ クロスワード「上級」 お取り寄せランチを食べよう! 午後のティータイム★ ストレッチ	13 モーニングストレッチ 肩もみクラブ★ 喫茶H化」スガ★ ストレッチ	14 モーニングストレッチ 心の写経 ボーリング★ ストレッチ		
15 モーニングストレッチ 漢字い〜クラブ 日本茶茶茶★ ストレッチ	16 モーニングストレッチ 脳トレ倶楽部～十人十色～ うくれ教室★ ストレッチ	17 モーニングストレッチ 肩もみクラブ★ 昔遊び★ ストレッチ	18 モーニングストレッチ 脳トレ倶楽部～十人十色～ 喫茶H化」スガ★ ストレッチ	19 モーニングストレッチ クロスワード「上級」 ぬり絵サロン★ ストレッチ	20 モーニングストレッチ 肩もみクラブ★ ポッチャ!★ ストレッチ	21 モーニングストレッチ 心の写経 ゲーム大会★ ストレッチ		
22 モーニングストレッチ 漢字い〜クラブ 日本茶茶茶★ ストレッチ	23 モーニングストレッチ 脳トレ倶楽部～十人十色～ ゲーム大会★ ストレッチ	24 モーニングストレッチ アワーアレンジメント★ フルーツパーラー★ ストレッチ	25 モーニングストレッチ 脳トレ倶楽部～十人十色～ ヨーグルトパーティー♪★ ストレッチ	26 モーニングストレッチ クロスワード「上級」 お取り寄せランチを食べよう! ハモカ同好会 午後のティータイム★ ストレッチ	27 モーニングストレッチ 肩もみクラブ★ スケッチ教室★ ストレッチ	28 モーニングストレッチ 心の写経 ほっとHOTカフェ★ ストレッチ		
29 モーニングストレッチ 漢字い〜クラブ 日本茶茶茶★ ストレッチ	30 モーニングストレッチ 脳トレ倶楽部～十人十色～ ご当地スイーツクラブ★ ストレッチ	31 モーニングストレッチ 肩もみクラブ★ ポッチャ!★ ストレッチ						

詳しくはグッドタイムクラブ担当者にお問い合わせください。

プログラムの内容は変更になる可能性があります。
有料プログラムは★印で表記してあります。

グッドタイムリビング 池田緑丘