



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
 5 モーニングストレッチ 大人のぬりえ 「五色の彩」 スッキリのびのび体操 セレクションケーキ ★ 1月お誕生日会	 6 モーニングストレッチ 写経の会「功德」★ 「大きな字の写経」 スッキリのびのび体操 午後のサロン ★	 7 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「点つなぎ」 スッキリのびのび体操 アイスクリームday ★	 1 セーニングストレッチ かるた遊び セレクションケーキ ★ なつかし昔遊び 福笑い だるまおとし 2 モーニングストレッチ パズルの時間 「ジグソーパズル」 セレクションケーキ ★ 書初め ★ ～今年の抱負を文字に～	 3 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「脳トレの時間」 新春茶屋 ★ お琴のしらべ 9 モーニングストレッチ パズルの時間 「ジグソーパズル」 スッキリのびのび体操 午後のサロン ★	 4 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「漢字を楽しむ」 上生菓子を楽しむ会 ★ 音楽セラピー ★ 10 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「脳トレの時間」 午後のサロン ★ ほんわか倶楽部	 11 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「漢字を楽しむ」 スッキリのびのび体操 上生菓子を楽しむ会 ★
 12 モーニングストレッチ 大人のぬりえ 「五色の彩」 スッキリのびのび体操 セレクションケーキ ★	 13 モーニングストレッチ 写経の会「功德」★ 「大きな字の写経」 スッキリのびのび体操 午後のサロン ★	 14 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「点つなぎ」 スッキリのびのび体操 アイスクリームday ★	 15 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「楽らく計算編」 スッキリのびのび体操 アイスクリームday ★	 16 モーニングストレッチ パズルの時間 「ジグソーパズル」 スッキリのびのび体操 午後のサロン ★	 17 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「脳トレの時間」 午後のサロン ★ 音楽セラピー ★	 18 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「漢字を楽しむ」 スッキリのびのび体操 上生菓子を楽しむ会 ★
 19 モーニングストレッチ 大人のぬりえ 「五色の彩」 スッキリのびのび体操 セレクションケーキ ★	 20 モーニングストレッチ 写経の会「功德」★ 「大きな字の写経」 午後のサロン ★ ヨガレッスン ★	 21 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「点つなぎ」 阪急スイーツ移動販売 スッキリのびのび体操 アイスクリームday ★	 22 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「楽らく計算編」 スッキリのびのび体操 アイスクリームday ★	 23 モーニングストレッチ パズルの時間 「ジグソーパズル」 午後のサロン ★ 音楽セラピー ★	 24 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「脳トレの時間」 午後のサロン ★ いけばな教室 ★	 25 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「漢字を楽しむ」 スッキリのびのび体操 上生菓子を楽しむ会 ★
 26 モーニングストレッチ 大人のぬりえ 「五色の彩」 スッキリのびのび体操 セレクションケーキ ★	 27 モーニングストレッチ 写経の会「功德」★ 「大きな字の写経」 午後のサロン ★ ヨガレッスン ★	 28 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「点つなぎ」 アイスクリームday ★ 音楽セラピー ★	 29 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「楽らく計算編」 スッキリのびのび体操 アイスクリームday ★	 30 モーニングストレッチ パズルの時間 「ジグソーパズル」 スッキリのびのび体操 午後のサロン ★	 31 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「脳トレの時間」 午後のサロン ★ ほんわか倶楽部	 31 モーニングストレッチ 活脳サブリ 「漢字を楽しむ」 スッキリのびのび体操 上生菓子を楽しむ会 ★

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 南千里