



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 ビバ!脳トレ 「漢字を楽しむ」 午後のサロン ★ 「甘味和楽」 ほんわか倶楽部	2 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「ぬり絵 五色の彩」 津軽三味線コンサート ★	3 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 ★ 「アイスクリーム」 カードゲーム	4 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ「点つなぎ」 午後のサロン ★ 「プチケーキ」★ Let's プレー「ボーリング」	5 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「楽しく計算編」 午後のサロン ★ 「フルーツゼリー」 音楽セラピー ★	6 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「ジグソーパズル」 午後のサロン ★ 「プチロールケーキ」 Let's プレー「輪投げ」★	7 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「クイズの時間」 午後のサロン ★ 「セレクトスイーツ」 Let's プレー「ポッチャ」
8 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「漢字を楽しむ」 かみしばい公演 ★	9 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「ぬり絵 五色の彩」 午後のサロンお誕生日会 ★ 「ケーキ&フルーツ」 音楽セラピー ★	10 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 ★ 「アイスクリーム」 ヨガレッスン ★	11 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ「点つなぎ」 午後のサロン ★ 「プチケーキ」 Let's プレー「ボーリング」	12 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「楽しく計算編」 午後のサロン ★ 「フルーツゼリー」 カラオケサークル ★	13 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「ジグソーパズル」 午後のサロン ★ 「プチロールケーキ」 Let's プレー「輪投げ」★	14 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「クイズの時間」 午後のサロン ★ 「セレクトスイーツ」 Let's プレー「ポッチャ」
15 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「漢字を楽しむ」 午後のサロン ★ 「甘味和楽」 ほんわか倶楽部	16 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「ぬり絵 五色の彩」 午後のサロン ★ 「ケーキ&フルーツ」 音楽セラピー ★	17 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 ★ 「アイスクリーム」 ヨガレッスン ★	18 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ「点つなぎ」 午後のサロン ★ 「プチケーキ」 Let's プレー「ボーリング」	19 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「楽しく計算編」 午後のサロン ★ 「フルーツゼリー」 カラオケサークル ★	20 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「ジグソーパズル」 午後のサロン ★ 「プチロールケーキ」 音楽セラピー ★	21 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「クイズの時間」 午後のサロン ★ 「セレクトスイーツ」 Let's プレー「ポッチャ」
22 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「漢字を楽しむ」 午後のサロン ★ 「甘味和楽」 ほんわか倶楽部	23 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「ぬり絵 五色の彩」 午後のサロン ★ 「阪急スイーツ」 ほんわか倶楽部	24 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 ★ 「アイスクリーム」 カードゲーム	25 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ「点つなぎ」 午後のサロン ★ 「プチケーキ」★ Let's プレー「ボーリング」	26 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「楽しく計算編」 午後のサロン ★ 「フルーツゼリー」 カラオケサークル ★	27 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「ジグソーパズル」 午後のサロン ★ 「プチロールケーキ」 Let's プレー「輪投げ」★	28 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「クイズの時間」 午後のサロン ★ 「セレクトスイーツ」 いけばな教室 ★
29 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「漢字を楽しむ」 午後のサロン ★ 「甘味和楽」 ほんわか倶楽部	30 モーニングストレッチ ビバ!脳トレ 「ぬり絵 五色の彩」 午後のサロン ★ 「ケーキ&フルーツ」 ほんわか倶楽部					

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