



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 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	 2 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」★	 3 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 ★	 4 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 ★	 5 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」★	 6 モーニングストレッチ ビバ! 脳トレ 「漢字を楽しむ」 ハンドベルコンサート ★	
 7 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 ★ 12月お誕生会 クリスマスオーナメント作り ★	 8 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 ★	 9 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」★	 10 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 ★	 11 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 ★	 12 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」★	
 14 モーニングストレッチ ビバ! 脳トレ 「ぬり絵 五色の彩」 クリスマスコンサート ★ お飲物 & ケーキ付	 15 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 ★	 16 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」★	 17 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 ★	 18 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 ★	 19 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」★	
 21 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」 クリスマスオーナメント作り ★	 22 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	 23 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」★	 24 モーニングストレッチ ビバ! 脳トレ 「楽しく計算編」 クリスマスパーティー ★	 25 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」 クリスマスカラオケ ★	 26 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」 迎春いけばな教室 ★	
 28 モーニングストレッチ ビバ! 脳トレ 「ぬり絵 五色の彩」 お餅つき ★	 29 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」 第九を歌おう ★	 30 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」★	 31 モーニングストレッチ ビバ! 脳トレ 「楽しく計算編」 歌って! ゆく年くる年 ★			

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