



# 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 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<br>振る舞い酒<br>★祝い菓子                                                    | 2<br>★書初め<br>★午後の喫茶室<br>「不死鳥・美空ひばり」                                              | 3<br>百人一首<br>★午後の喫茶室<br>「フラガール」                                                       | 4<br>★初詣<br>★麻雀                                                                          |
| 5<br>★初詣<br>★新・脳トレクラブ                                             | 6<br>★初詣                                                              | 7<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>ピアノで歌いましょう<br>みんなの歌<br>★おしゃべり紅茶サロン<br>★音楽に合わせて<br>ステップを踏みましょう | 8<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>★リクエストカラオケ<br>アフタヌーンストレッチ<br>★水彩画を楽しもう           | 9<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>★歌声喫茶<br>★小筆で巡るおくのほそ道<br>★甘酒                   | 10<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>ターゲット・ボッチャ<br>アフタヌーンストレッチ<br>★名曲喫茶<br>「チェロ・デュオ」    | 11<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>★花実サロン<br>★午後の喫茶室<br>「釣りバカ日誌」                         |
| 12<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>★大人の塗り絵<br>★リクエストカラオケ<br>★絵画教室 | 13<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>見て楽しむ歌謡曲<br>懐かしの軍歌<br>★なごみ茶屋       | 14<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>ピアノで歌いましょう<br>★ドッグセラピー                                       | 15<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>チャレンジ・ボウリング<br>アフタヌーンストレッチ<br>★歌声喫茶 | 16<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>★マンダラ塗り絵<br>★フラワーアレンジメント<br>★花実サロン            | 17<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>★和紙のちぎり絵<br>★午後の喫茶室<br>「水戸黄門」                      | 18<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>映像「につぼんの芸能・<br>上方の至宝」<br>アフタヌーンストレッチ<br>★歌声喫茶<br>★居酒屋 |
| 19<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>★リクエストカラオケ<br>三曲協会演奏会<br>★お取り寄せ            | 20<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>ターゲット・ボッチャ<br>アフタヌーンストレッチ<br>★脳活写経 | 21<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>映像<br>「ルーブル美術館500年の旅」<br>ピアノで歌いましょう<br>★午後の茶話会<br>★新・脳トレクラブ  | 22<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>★歌声喫茶<br>アフタヌーンストレッチ<br>★水彩画を楽しもう   | 23<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>★大人の塗り絵<br>アフタヌーンストレッチ<br>★花実サロン<br>★ちょこっとネイル | 24<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>百人一首<br>★午後の喫茶室<br>「男はつらいよ」                        | 25<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>映像<br>「そして能は生まれた」<br>★座ってフラダンス<br>★歌声喫茶               |
| 26<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>映像「笑点」<br>★リクエストカラオケ<br>★絵画教室  | 27<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>★マンダラ塗り絵<br>アフタヌーンストレッチ<br>★歌声喫茶   | 28<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>ピアノで歌いましょう<br>★バンジョー演奏会<br>★長津田珈琲館                           | 29<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>★歌声喫茶<br>アフタヌーンストレッチ<br>★絵手紙を描きましょう | 30<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>★リクエストカラオケ<br>アフタヌーンストレッチ<br>★花実サロン                       | 31<br>はつらつ☆げんき!健康体操<br>脳力トレーニング<br>見て楽しむ歌謡曲<br>アフタヌーンストレッチ<br>★名曲喫茶<br>「魅惑のアンサンブル・N響」 |                                                                                          |

※一部有料となります。 プログラムの内容は変更になる可能性があります。

グッドタイム リビング 長津田みなみ台