



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 3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 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング ★大人の塗り絵 ★リクエストカラオケ ★新・脳トレクラブ	2 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング 見て楽しむ歌謡曲 アフタヌーンストレッチ ★歌声喫茶	3 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング チャレンジ・ボウリング ピアノで歌いましょう ★午後の茶話会	4 はつらつ☆げんき!健康体操 百人一首 アフタヌーンストレッチ ★水彩画を楽しもう	5 はつらつ☆げんき!健康体操 映像 「家康江戸を建てる・前」 アフタヌーンストレッチ ★小筆で巡るおくのほそ道	6 はつらつ☆げんき!健康体操 映像 「家康江戸を建てる・後」 アフタヌーンストレッチ ★歌声喫茶	7 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング ★マンダラ塗り絵 ★午後の喫茶室 「水戸黄門」
8 はつらつ☆げんき!健康体操 ★リクエストカラオケ 平井様大川様コンサート ★長津田珈琲館	9 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング 映像「笑点」 アフタヌーンストレッチ ★名曲喫茶 「ウィーンフィルコンサート・前」	10 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング ピアノで歌いましょう みんなの歌 ★おしゃべり紅茶サロン ★音楽に合わせて ステップを踏みましょう	11 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング 見て楽しむ歌謡曲 アフタヌーンストレッチ ★歌声喫茶	12 はつらつ☆げんき!健康体操 ★リクエストカラオケ アフタヌーンストレッチ 午後のいきいき脳トレ ★午後の茶話会	13 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング ターゲット・ボッチャ ★午後の喫茶室 「水戸黄門」	14 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング ★和紙のちぎり絵 ★座ってフラダンス ★季節のフルーツ ★居酒屋
15 はつらつ☆げんき!健康体操 ★リクエストカラオケ 懐かしの軍歌 ★なごみ茶屋 ★絵画教室	16 園児がやってくる 映像「らららクラシック」 アフタヌーンストレッチ ★歌声喫茶	17 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング ターゲット・ボッチャ ピアノで歌いましょう ★午後の茶話会	18 はつらつ☆げんき!健康体操 ★リクエストカラオケ アフタヌーンストレッチ ★水彩画を楽しもう	19 消防訓練 アフタヌーンストレッチ ★脳活写真	20 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング 映像 「春を告げる邦楽器の調べ」 アフタヌーンストレッチ ★歌声喫茶 ★麻雀	21 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング ★大人の塗り絵 ★午後の喫茶室 「男はつらいよ」
22 はつらつ☆げんき!健康体操 ★リクエストカラオケ クロスワード ★午後の茶話会	23 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング ★歌声喫茶 アフタヌーンストレッチ 午後のいきいき脳トレ ★午後の茶話会	24 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング ピアノで歌いましょう ★ドッグセラピー ★新・脳トレクラブ	25 はつらつ☆げんき!健康体操 百人一首 アフタヌーンストレッチ ★絵手紙を描きましょう	26 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング 映像 「歌舞伎・松浦の太鼓」 ★フラワーアレンジメント ★午後の茶話会	27 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング チャレンジ・ボウリング ★午後の喫茶室 「鬼平犯科帳」	28 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング ★マンダラ塗り絵 アフタヌーンストレッチ ★歌声喫茶 ★絵画教室
29 はつらつ☆げんき!健康体操 ★リクエストカラオケ ★リゾナーレコンサート ★お取り寄せ	30 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング ★歌声喫茶 アフタヌーンストレッチ ★名曲喫茶 「ウィーンフィルコンサート・後」	31 はつらつ☆げんき!健康体操 脳力トレーニング ピアノで歌いましょう ★午後の喫茶室 「鬼平犯科帳」				

※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