



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 10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 ★歌声喫茶 アフタヌーンストレッチ ★小筆で巡るおくのほそ道	2 はつらつ☆げんき!健康体操 ★昭和思い出図書館 アフタヌーンストレッチ ★名曲喫茶	3 はつらつ☆げんき!健康体操 ★大人の塗り絵 ★午後の喫茶室 『水戸黄門 ～天下の副将軍～』
4 はつらつ☆げんき!健康体操 ★あの日に帰る歌声広場 ★午後の喫茶室 『太陽の子』	5 はつらつ☆げんき!健康体操 映像『笑点』 アフタヌーンストレッチ ★水彩画を楽しもう	6 はつらつ☆げんき!健康体操 ★歌声喫茶 ピアノで歌いましょう ★長津田珈琲館	7 はつらつ☆げんき!健康体操 ★大人の塗り絵 脳カトレーニング ★名曲喫茶	8 はつらつ☆げんき!健康体操 ★あの日に帰る歌声広場 Shall we ダンス? ～一緒に踊りましょう～ ★午後の茶話会	9 はつらつ☆げんき!健康体操 ターゲット・ボッチャ アフタヌーンストレッチ ★歌声喫茶 ★新・脳トレクラブ	10 はつらつ☆げんき!健康体操 ★和紙のちぎり絵 ★午後の喫茶室 『オードリー・ヘップバーン 麗しのサブリナ』
11 はつらつ☆げんき!健康体操 ★あの日に帰る歌声広場 懐かしの軍歌 ～軍歌&戦時歌謡を 歌いましょう～	12 はつらつ☆げんき!健康体操 ★大人の塗り絵 アフタヌーンストレッチ ★名曲喫茶	13 はつらつ☆げんき!健康体操 映像 『歴史ヒストリア～ 網走監獄 最果ての苦闘』 ピアノで歌いましょう ★なごみ茶屋	14 はつらつ☆げんき!健康体操 ★あの日に帰る歌声広場 ★午後の喫茶室 『家族はつらいよ』	15 はつらつ☆げんき!健康体操 ★昭和思い出図書館 ★フラワーアレンジメント ★歌声喫茶	16 はつらつ☆げんき!健康体操 映像『笑点』 脳カトレーニング ★名曲喫茶	17 はつらつ☆げんき!健康体操 ★大人の塗り絵 ★午後の喫茶室 『吉宗評判記 暴れん坊将軍』
18 はつらつ☆げんき!健康体操 ★あの日に帰る歌声広場 ★午後の喫茶室 『男はつらいよ』	19 はつらつ☆げんき!健康体操 映像 『ミケランジェロの遺作』 アフタヌーンストレッチ ★名曲喫茶	20 はつらつ☆げんき!健康体操 ★歌声喫茶 Shall we dance? ～一緒に踊りましょう～ ★おしゃべり紅茶サロン	21 はつらつ☆げんき!健康体操 ターゲット・ボッチャ アフタヌーンストレッチ ピアノで歌いましょう	22 はつらつ☆げんき!健康体操 ★あの日に帰る歌声広場 アフタヌーンストレッチ ★脳活写経	23 はつらつ☆げんき!健康体操 ★大人の塗り絵 脳カトレーニング ★歌声喫茶	24 はつらつ☆げんき!健康体操 映像 『にっぽんの芸能 歌舞伎 ～松浦の太鼓～』 ★午後の喫茶室 『坂の上の雲 11』
25 はつらつ☆げんき!健康体操 ★あの日に帰る歌声広場 ★午後の喫茶室 『坂の上の雲 12』	26 はつらつ☆げんき!健康体操 映像『笑点』 アフタヌーンストレッチ ★歌声喫茶	27 はつらつ☆げんき!健康体操 ピアノで歌いましょう Shall we dance? ～一緒に踊りましょう～ ★長津田珈琲館	28 はつらつ☆げんき!健康体操 ★大人の塗り絵 脳カトレーニング ★水彩画を楽しもう ★新・脳トレクラブ	29 はつらつ☆げんき!健康体操 ★あの日に帰る歌声広場 アフタヌーンストレッチ ★名曲喫茶	30 はつらつ☆げんき!健康体操 ★歌声喫茶 ★午後の喫茶室 『ライオンキング』	31 はつらつ☆げんき!健康体操 映像 『ルーブル美術館 ～500年の旅～』 秋のスポーツ大会

※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