



シニア世代の皆様、リタイアされた方、お一人暮らしの方へ

地域密着型の、**楽しみながら安心も確保**できる  
『トータルサービス』をお届け！

### 楽しい！

仲間と共に～旅行、グルメ、ハイキングなどを満喫する！



### 元気・健康！

カルチャーで趣味を広げ、ワクワクした毎日が、健康なカラダ作りへ。

### 暮らしのサポート

ハウスクリーニングや家事手伝い。急なお困りごとまずはご相談ください。

### 安心のサポート

通院サポート、介護についての情報、安否確認など多角的にご支援いたします。

このチラシをご持参くださった方へ、各種・無料体験チケット進呈！！  
Wチャンス！！ さらに **入会金が22,000円！**

各エリア無料送迎  
シャトル有！

入会金

~~33,000円(税込)~~

月会費

3,300円(税込)

会員登録なしの  
ご利用も可能です

UP SPOT GROUP

**Up Lively** (株)アップライブリー  
ACTIVE SENIOR MEMBERS SALON

【所在地】〒610-0353  
京田辺市松井ヶ丘1-2-6

まずはお気軽にお電話ください！

**TEL : 0774-64-7600**

FAX : 0774-64-7800

E-Mail : [uplively@clock.ocn.ne.jp](mailto:uplively@clock.ocn.ne.jp) (受付時間 平日9:00~17:00)



アップライブリー

検索

※全て税込価格です。

UP SPOTグループ

**Up Lively** アクティブシニアメンバーズサロン

楽しいが一杯！情報が一杯！仲間が一杯！

2022年9月号

センスのいいライフワークをあなたにも  
カルチャー&アクティビティ

自然と古の神々に抱かれている気持ちになる島

## 淡路島へ



訪問予定/江島 伊弉諾神宮 先山先行寺 おのころ島他

国生みの聖地。伊弉諾尊と伊弉冉尊から始まったとされる神話で有名な淡路島。  
神秘的なスポットや、絶景のロケーションはもちろん、海産物や玉葱をはじめとする地元の食材はとも魅力的です。  
爽やかな初秋の風を感じながら、今注目の淡路島を満喫いたしましょう。  
この日は、一粒万倍日で大安！たくさんのパワーをいただけるかも！

## 関西自慢ココイチ

キラリ発見&福福サークル企画

○日程：**令和4年9月28日(水)**

○時間：9:00～17:00

(終了時間は前後する場合があります)

○参加方法：Aコース Bコース

○参加費：5,500円～9,500円

## 学ぶシニアライフ

『健康と食事のポイント』  
血圧・血糖値・コレステロール値

8月の講座第2弾、大受好評のカイセイ薬局・薬局長の、山田直美先生(薬剤師歴25年)をお迎えし、今回は血圧・血糖値・コレステロール値に焦点をあて、食事の摂取のポイントをご教示いただきます。

体調の向上、また治療の効果も期待できる「食事」の摂り方。興味深いお話しです。  
薬剤師、管理栄養士の先生方との個別相談会も実施予定です。

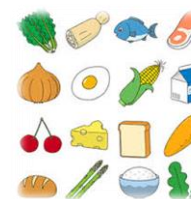
○日程：**令和4年9月26日(月)**

○時間：14:00～15:30

○参加費：会員様 1,650円

ビジター様 2,200円

(カルチャーパックの方参加費は0円)



### アップライブリーの人気講座

シニアの皆様の関心事をテーマに、各ジャンルの専門家をお招きし、分かりやすく解説していただきます。

TEL:0774-64-7600 FAX:0774-64-7800