

9・10月追加・ピックアップカルチャー&紹介

【お知らせとご協力】

温度調整・熱中症対策について

朝晩の気温の変化に体調を崩しがちになる時期です。サロン内ではエアコン・扇風機を使用し温度調整を心掛けたいと思いますが、場所により冷え込む場所もございます。ブランケットの活用、羽織物持参などで温度調整のお願いと、**必ず水分補給**も重ねてお願い致します。

(1) パンでランチ

- ◇ 9月22日/10月27日いずれも(木)12:15～
美味しいパンを厳選して購入!初めての方も一度お試しあれ!
この日に販売するパン 先行予約賜われます。

(2) 英会話フリー

- ◇ 日時：9月5日(月)10:30～12:00
- ◇ 日時：9月29日(木)10:30～12:00
- ◇ 参加費：会員様 ¥1,650 / ビジター ¥2,200

英語の歌や日常生活内の会話をベースに時には歌やゲームを取り入れ、自然に英会話を楽しんでいただけるレッスンです。

(3) 直売所めぐり/らくらくお買い物

- ◇ 日時：9月16日(金)/26日(木) ご参加の方と相談
- ◇ 日時：10月24日(月) 10:30～12:00 ご参加の方と相談
- ◇ 参加費:会員様:¥1,100/ビジター様¥1,650

お買い物時の荷物のサポートや自宅までのお届け、ご希望があればお米など米びつに入れるお手伝いなどを含めたカルチャーです。「よってって」は産地からの新鮮なお野菜だけではなく、鮮魚・精肉など。隣にはドラッグストア「コスモス」もあって行くと便利。そのほかの場所もあり。

(4) 近場でランチ

- ◇ 日程：10月4日(火)「さくら亭」 ※各ポスター参照
- ◇ 参加費：後日ご精算

お肉がとってもおいしいレストラン。お客様からのリピートのお店です。前回行けなかった方は是非ご一緒に!今回は事前にお好きなメニューをお選びいただきます。

(5) ランチでシネマ

※ポスター参照

- ◇ 日時：9月15日/29日(木)10:30～/13:30～
- ◇ 日時：10月6日(木)/17日(月)10:30～/13:30～
- ◇ 参加費：会員様 ¥1,650 / ビジター ¥2,200 (別途ランチ代要)

(6) 福福サークル

- ◇ 日 時：9月21日(水)10:30～
- ◇ 日 時：10月26日(水)10:30～
- ◇ 参加費：会員様 ¥1,650 / ビジター ¥2,200 (別途材料費要)

福福サークルでは、皆さんに沢山の福が訪れるようにインドアやアウトドアの企画をご用意いたします。そして、パワースポットを中心としたお出かけ企画の情報をより詳しく発信するので現地は2倍の楽しい時間になります。

(7) ケンミンショー

- ◇ 日 時：9月30日(金)13:30～「兵庫県①淡路島編」
- ◇ 日 時：10月26日(水)13:30～「兵庫県②山陰編」
- ◇ 参加費：会員様 ¥1,650 / ビジター ¥2,200 (別途材料費要)

お国自慢や方言・その土地の美しい場所などをスタッフがご紹介し、お客様と一緒に懐かしんだり、ご当地のものを少し頂いたりしています。(材料の手配がございますので早めのお申し込みを賜ります。)

(8) きらり発見&福福サークル企画

※ポスター参照

「淡路島へ」～関西自慢ココイチ～ ←オススメ

- ◇ 日 程：9月28日(水)
- ◇ 参加費：後日ご精算
- ◇ 時 間：9:00～17:00(終了時間が前後する場合がございます)

(9) お出かけ歩き「しっかりウォーク&ゆっくり散歩コース」←オススメ

IN「奥河内 くらまろの里」

※ポスター参照

- ◇ 日 程：10月14日(金)
- ◇ 参加費：後日ご精算
- ◇ 時 間：9:00～17:00(終了時間が前後する場合がございます)

(9) 中秋の名月前日

※ポスター参照

「月見の宴 お昼だけどね(笑い)」

～ ソング song ソング & ご当地マルシェ ～

- ◇ 日 程：9月9日(金)
- ◇ 参加費：会員様¥550/ビジター様¥1,100/初めての方¥0
- ◇ 時 間：12:00～15:30(終了時間が前後する場合がございます)
- ◇ 内 容：特別ランチ・ソング song ソング・ご当地マルシェ

(10) ビーズアクセサリー 9月14日⇒21日(水)13:30～ **変更**
福福サークル 9月21日(水)13:30～⇒10:30～ **変更**
ライフサポートのあれこれ **中止**

【注目！！】

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 先山千光寺 おのころ島他

- 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あり)
- 参加方法：Aコース Bコース
- 参加費：5,500円～9,500円

キラリ発見&福福サークル企画

関西白慢ココイチ

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ても魅力的です。

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！たくさんパワーをいただけるかも！

学ぶシニアライフ

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。

- 日程：**令和4年9月26日(月)**健康と食事のポイント
～血圧・血糖値・コレステロール値について～
- 日程：**令和4年10月24日(月)**多剤併用の解消
～たくさん薬を服用することで、注意をしないと起こるリスク～
- 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)