

7月 カルチャー&アクティビティカレンダー

名前

Up Lively アクティブシニアメンバーズサロン
TEL:0774-64-7600/FAX 0774-64-7800

2021 7月	AM10:30~12:00														PM13:30~15:00														アレードランチ	送迎	2021 7月
1 木	D	麻雀	D	卓球	D	麻雀	C	パソコン・タブレット講座	CHECK	特別終活見学会(ランチ付き) 泉屋長尾ホール	B	楽しい古文	C	スタッフとゆる体操	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ		1 木									
2 金	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	CHECK	お出かけランチ 『三田市 蕎麦いち・エスコヤマ』	C	スタッフとゆる卓球	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ		有	2 金												
3 土																													3 土		
4 日																													4 日		
5 月	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	6月笑歩予備日 又は笑歩MTG	C	携帯・スマホ講座	サロンの知恵袋	B	歌いましょう歌	D	水彩画フリー	C	スタッフとチェアリズム ゆる卓球	D	麻雀		有	5 月										
6 火	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	C	初心者麻雀	B	ミュージック ベル	個人ピアノ レッスン	B	楽しい古文	CHECK	わが街ゆかりの地 散策 (15:15~)	C+	パステルフリー	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ		6 火						
7 水	CHECK 「7月ランチでミーティング」 拡大バージョン 『七夕まつり』 ~ミニライブ~癒しの楽器ライアー演奏~														A	学ぶ!シニアライフ! (14:00~15:30)	D	麻雀(14:00~)	D	カラオケ	有	有	7 水								
8 木	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	B	ウクレレフレンズ	C	パソコン・ タブレット講座	C	ランチでシネマ (10:30~12:00 ~)	C	スタッフと ゆる体操	C	全く初めて麻雀	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	有	8 木							
9 金	D	カラオケ	D	麻雀	B	美姿勢フィットネス	B+	大人のぬり絵	C	わらべ歌の会	CHECK	特別講座「野菜ソムリエから教わる地場のお野菜」	D	卓球	D	カラオケ	D	麻雀		有	9 金										
10 土																													10 土		
11 日																													11 日		
12 月	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	スタッフと チェアリズム	B	墨で楽しむ筆遊び	C	脳(NOI) サンキュー	CHECK	有名スイーツでTeaTime (13:30~)	C	ダーツで遊ぼう	D	麻雀	D	カラオケ		有	12 月								
13 火	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	C	ダーツで遊ぼう(10:30~11:30)	C	パソコン・ タブレット講座	B	お洒落に朗読	C	歌声サロン	D	麻雀									13 火						
14 水	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	B	ノルディック(10:00~)	C	アドバイス麻雀	CHECK	ロコモ体操&リンパ (14:00~15:30)	C	全く初めて麻雀	D	麻雀	D	カラオケ		有	14 水										
15 木	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C	携帯・ スマホ講座	C	スタッフとゆる体操	C+	福福サークル	C	わらべ歌の会	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	有	15 木									
16 金	D	カラオケ	D	麻雀	B	美姿勢フィットネス	B	ためになる終活	C+	糠っ子(12:15~13:15)	C+	コーヒー倶楽部	C	スタッフとゆる卓球	D	麻雀								有	有	16 金					
17 土																													17 土		
18 日																													18 日		
19 月																													19 月		
20 火	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	B	ソング アラカルト	C	パソコン・ タブレット講座		個人ピアノ レッスン		B級グルメ (12:15分発)	B	万葉集	C	全く初めて麻雀	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ		20 火					
21 水	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	C	スタッフとチェアリズム	B+	和の一皿 (12:00~13:30)	A	ピース アクセサリ	A	リンパ&ストレッチ	D	麻雀	D	カラオケ		有	有	21 水									
22 木																													22 木		
23 金																													23 金		
24 土																													24 土		
25 日																													25 日		
26 月	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	D	UPTubeで コンサート	C+	みんなでお取寄せ (11:00~12:00)	B	歌いましょう歌	D	水彩画フリー	C	スタッフとゆる体操	D	麻雀		有	26 月										
27 火	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	C	スタッフと チェアリズム		お写真歩クラブ	B	楽しい古文	C	パソコン・タブレット講座	D	カラオケ	D	卓球							27 火						
28 水	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	C	携帯・ スマホ講座	C	脳(NOI) サンキュー	C+	パンでランチ	B	顔ヨガ	C	歌声サロン	D	卓球	D	カラオケ	D	麻雀	有	有	28 水						
29 木	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	B	ウクレレ フレンズ	C	初心者麻雀	C+	ランチでシネマ (午前/午後)	D	簡単!手話っち!	D	写経フリー	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	有	29 木							
30 金	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	CHECK	らくらく お買い物	C	パステルフリー	C	スッキリ!お部屋でウォーク	C	全く初めて麻雀	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ		有	30 金								
31 土																													31 土		

=特別見学会=

もしものときに備える

『実際に見るから分かる!』 今どきのお葬式会場

~泉屋長尾メモリアルホール~

《スケジュール》 15名限定

- ・館内見学：
各式場、霊安室、食事室、法要式場など
- ・葬儀全体の流れの説明：
「もしものに備える」ためのアドバイスなど

○ 日 程：令和3年7月1日(木)
○ 時 間：10:30 ~ 12:30
○ 参加費：会員様 / 550円・ビジター様 / 1,100円
(カルチャーバック対象外)

※ ご参加の皆様に見学会用持帰り料理

☆ カルチャー料金について ☆

★会員様特典：単発でご参加の場合、定価料金から550円引きでのご利用となります。

(ビジター料金) (会員様特典)

【カルチャー定価料金】 【定価より500円引き】

A. → 3,300円	→	2,750円
B. → 2,750円	→	2,200円
C. → 2,200円	→	1,650円
D. → 1,650円	→	1,100円

(材料費別途発生する場合があります。標記例：C+)

★会員様特典：各バックコースがご利用いただけます

- ① カルチャーパック
11,000円/月で参加し放題
(材料費別途発生する場合があります。標記例：C+)
- ② 麻雀パック
3,300円/月で麻雀し放題
- ③ 卓球パック
3,300円/月で卓球し放題
- ④ カラオケパック
3,300円/月でカラオケし放題

②③④の各バックご利用の方がその他のカルチャーにご参加の場合は、定価の550円引きでのご利用となります。

* ライフサポート料金について *

- 詳しい料金表をご覧ください -

☆ ヨーちゃん先生の英会話フリー 超フレンドリーなヨーちゃん先生と英会話を楽しんでます! 日程が遅れてのご案内になります。お見逃しなく!!
○ 6月7(月)10:30~/ ○ 6月23(水)13:30~



全て税込価格の表示です。