

8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 8月	AM10:30~12:00	PM13:30~15:00	ア・レ・ト・ラ・ン	送 迎	2021 8月	
1日					1日	
2月	D カラオケ D 卓球 D 麻雀 D 写経フリー C 携帯・スマホ講座 + サロンの知恵袋 (12:15~13:15)	B 歌いましょう歌 D 水彩画フリー C パソコン・タブレット講座 D 麻雀	有	有	2月	
3火	D カラオケ D 卓球 D 麻雀 C 初心者麻雀 C パステルフリー (10:30~11:30) B 楽しい古文	C CHECKマーク わが街ゆかりの地 散策 (15:15~) C わらべ歌の会 C チェアリズム D 卓球 D 麻雀			3火	
4水	D カラオケ D 卓球 D 麻雀 たくさんのお買い物 + ランチでミーティング (12:15~14:00)	A ロコモ体操&リンパ (14:00~15:30) D 麻雀(14:00~) D カラオケ	有	有	4水	
5木	D カラオケ D 卓球 D 麻雀 CHECKマーク お出かけ写経 「盧山寺」と京町屋で味わうフレンチ ~epice~	D 麻雀 D 卓球 D カラオケ			5木	
6金	D カラオケ D 麻雀 D 卓球/Cスタッフとゆる卓球 C 脳(NOI)サンキュー C+ 糠っ子 (12:30~13:30) C 全く初めて麻雀 B 美姿勢フィットネス D カラオケ D 麻雀		有	有	6金	
7土					7土	
8日					8日	
9月	D カラオケ D 麻雀 D 卓球 C アドバイス麻雀 B 墨で楽しむ筆遊び/大人のぬり絵 C+ CHECKマーク 有名スイーツでTeaTime (13:30~14:30)	C ダーツで遊ぼう (14:00~) D 卓球 D 麻雀 D カラオケ	有		9月	
10火	D カラオケ D 卓球 D 麻雀 B ミュージックパル B パソコン・タブレット講座 個人ピアノレッスン B お洒落に朗読 C 歌声サロン D 麻雀 D 卓球				10火	
11水	D カラオケ D 卓球 D 麻雀 C 脳(NOI)サンキュー C+ CHECKマーク 近場でランチ 「黒麒麟」 (レストラン12:15~13:00)	C スタッフとゆる卓球 C スタッフとチェアリズム C 全く初めて麻雀 D 麻雀 D カラオケ	有		11水	
12木	D 麻雀 D 卓球 D カラオケ C 携帯・スマホ講座 B ウクレレフレンズ C+ 福福サークル(縁起物ランチ付) 12:30~14:00	C ダーツで遊ぼう (14:00) D 麻雀 D 卓球 D カラオケ	有		12木	
13金					13金	
14土					14土	
15日					15日	
16月					16月	
17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 万葉集 C パステルフリー C 全く初めて麻雀 D 麻雀 D 卓球 D カラオケ				17火	
18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 ビーズアクセサリー A リンパ&ストレッチ D 麻雀 D カラオケ	有	有	18水		
19木	D カラオケ D 卓球 D 麻雀 C スタッフとゆる体操 C 初心者麻雀 C スッキリ!お部屋でウォーク C 携帯・スマホ講座 D 麻雀 D カラオケ				19木	
20金	D 卓球 D 麻雀 C わらべ歌の会 B ためになる終活 B級グルメ (12:15分発) C+ コーヒー倶楽部 C スタッフとゆる卓球 D カラオケ D 麻雀		有		20金	
21土					21土	
22日					22日	
23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		23月	
24火	D カラオケ D 卓球 D 麻雀 C パステルフリー (10:30~11:00) C アドバイス麻雀 B 楽しい古文 C スタッフとチェアリズム C パソコン・タブレット講座 D カラオケ D 卓球				24火	
25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 + パンでランチ B 顔ヨガ C 歌声サロン D 卓球 D 麻雀	有	有	25水		
26木	D カラオケ D 卓球 D 麻雀 B ウクレレフレンズ D 写経フリー D 簡単!手話っち! C 全く初めて麻雀 D 麻雀 D 卓球 D カラオケ				26木	
27金	CHECKマーク 2周年記念コンサート 「島唄 ~勝詩~」(ランチ付) 12:00~15:00					27金
28土					28土	
29日					29日	
30月	D 卓球 D 麻雀 たくさんのお買い物 C わらべ歌の会 C スッキリ!お部屋でウォーク C 初心者麻雀 D 麻雀 D カラオケ		有		30月	
31火	D 麻雀 D 卓球 D 麻雀 C パソコン・タブレット講座 D 写経フリー C+ ランチでシネマ(午前/午後) 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		有		31火	

『特別講座のご案内』

アップライブリーでは、専門家の講師の先生をお招きして様々な分野のセミナーを開催しており好評をいただいております。カレンダーに掲載していないセミナーも、飛込みで開催する場合がございます。サロン内の掲示板をご覧ください。直接サロンへお問合せください。

【過去に開催したセミナー】

- ・ワインセミナー
- ・介護問題を身近に考える
- ・腸の健康
- ・空海(弘法大師)
- ・病気とツボの関係
- ・発酵(食品)まつり
- ・ためになる医療講座
- ・茶の世界
- ・野菜ソムリエから教わる地場のお野菜 他



☆ 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。

(ピジター料金) (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います！日程が遅れてのご案内になります。お見逃しなく！！
A B C D E F 7月5日(月)10:30~ / 7月26日(月)13:30~

全て税込価格の表示です。