

6月 カルチャー&アクティビティーカレンダー

名前

Up Lively アクティビティメンバーズサロン
TEL:0774-64-7600/FAX 0774-64-7800

2023	AM10:30~12:00										PM13:30~15:00										送迎	#REF!			
6月																					6月				
1 木	D	麻雀	D	卓球	C	スタッフと背中ピーン体操	C	パソコン・タブレット講座	C	知って得するスマホ講座	C	スタッフと転倒予防体操	D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	1 木					
2 金	D	カラオケ	D	麻雀	B	美姿勢フィットネス	C	初心者麻雀	D	水彩画フリー	C	歌声サロン	D	卓球	D	麻雀			有	2 金					
3 土																					3 土				
4 日																					4 日				
5 月	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	スタッフとチェアリズム	C	アドバイス麻雀	B	歌いましょうか	C	ゆる卓球	D	卓球	D	麻雀	有	5 月					
6 火	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	B	ミュージックベル	C	全く初めて麻雀		個人ピアノレッスン	B	大人の古文	C	LINE講座	D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	6 火	
7 水	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	脳トレタイム (テキスト・ゲームなど)	+	ランチでミーティング (12:15~14:00)	A	リンパ&ロコモ (14:00~)	C	パソコン (14:00) ~	D	カラオケ	D	麻雀 (14:00~)	有	7 水					
8 木	D	麻雀	D	卓球	B	ウクレレフレンズ	C	初心者麻雀	C	リレーカラオケ	D	卓球	D	麻雀					有	8 木					
9 金	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	+	CHECK お出かけ 庄巻の名所「花の郷 滝谷花しょうぶ園」と百年名家のような食事処「又右衛門」										D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	9 金
10 土																					10 土				
11 日																					11 日				
12 月	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	+	お買い物	C	スタッフとチェアリズム	C	有名スイーツでティータイム (13:30~14:30)	無料	名曲歌の扉 (30分)	D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	12 月			
13 火	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	全く初めて麻雀	C	スタッフと転倒予防体操	B	楽しい朗読	C	パソコン・タブレット講座	D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	13 火			
14 水	D	麻雀	D	卓球	C	わらべ歌の会	B	ノルディックウォーク (10:00~12:00)	C	CHECK ランチでシネマPM	C	リレーカラオケ	D	卓球	D	麻雀			有	14 水					
15 木	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	スタッフとチェアリズム	C	CHECK ランチでシネマAM/PM 予備日	C	CHECK やさしいスマホ講座	C	スタッフとお部屋でウォーク	D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	15 木			
16 金	D	カラオケ	D	麻雀	C	アドバイス麻雀	B	美姿勢フィットネス	C	CHECK コーヒー倶楽部	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ			有	16 金					
17 土																					17 土				
18 日																					18 日				
19 月	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	脳トレタイム (テキスト・ゲームなど)	C	アドバイス麻雀	B	歌いましょうか	D	ゆる卓球	D	卓球	D	麻雀	有	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	全く初めて麻雀		個人ピアノレッスン	B	万葉集	C	歌声サロン	C	パソコン・タブレット講座	D	麻雀	D	卓球	有	20 火	
21 水	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	スタッフと転倒予防体操	B	和の一皿 (12:00~13:30)	A	リンパ&ストレッチ	A	ピースアクセサリー	D	麻雀	D	カラオケ	有	21 水					
22 木	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	B	ウクレレフレンズ	C	初心者麻雀	C	リレーカラオケ	D	手話で歌おう	D	卓球	D	麻雀	有	22 木					
23 金	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	全く初めて麻雀	+	CHECK 笑歩クラブ「勝尾寺あじさいまつり」 / お出かけコース「同じ場所」	C	携帯・スマホ講座	D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	23 金					
24 土																					24 土				
25 日																					25 日				
26 月	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	無料	朝の体操 (20分)	無料	CHECK みんなでお取り寄せ (11:00~12:00)	C	CHECK やさしいスマホ講座	C	ゆる卓球	D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	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	C	全く初めて麻雀	B	かな文字	C	わらべ歌の会	D	麻雀	D	卓球	有	27 火					
28 水	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	+	CHECK スペシャルランチ 「ザソウドウ 東山 京都」										D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	28 水
29 木	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	C	初心者麻雀	+	CHECK パンでランチ (12:15~)	C	リレーカラオケ	D	卓球	D	麻雀			有	29 木					
30 金	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	D	パソコン・タブレット講座	D	水彩画フリー	C	CHECK 健康実録	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	有	30 金					

スペシャルランチ

京都のシンボル、八坂の塔のふもとに広がる日本の歴史が残る街のイタリアンレストラン。建物は日本画の巨匠、竹内栖鳳が構えた約90年前の邸宅をリノベーションした日本家屋。四季によってさまざまな景色が楽しめる広い庭園が広がります。伝統的なイタリア料理をベースにしなが和のアプローチを加え、日本独特の奥ゆかしさを感じられるSODOHのこだわりコースを、気軽にお楽しみいただけます。



ザソウドウ 東山 京都



★ 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円引きまでのご利用となります。

	(会員様特典)	(ピジター料金)
【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円引きま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—

全て税込価格の表示です。