2024

12月 カルチャー＆アクティビティーカレンダー

名前

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

2024 12月		AM10：30～12：00												PM13：30～15：00（PM 普通麻雀・ゆっくり麻雀は13：00～16：00）										送迎	2024 12月	
1	日																								1	日
2	月	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	＋	お買い物	C	全く初めて麻雀			B	歌いましょうか			C	スタッフとゆる卓球	D	卓球	D	麻雀	有	2	月
3	火	D	麻雀			D	卓球	B	ミュージックベル	＋	個人ピアノレッスン	C	初心者麻雀	B	大人の古文	A	シニア向け背骨コンディショニング	C	アドバイス麻雀	C	麻雀			有	3	火
4	水	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	やさしいスマホ講座			CHECK＋	ランチでミーティング（12：15～14：00）			B	ダーツで遊ぼう（14:00～15:30）	D	フィジカルセラピーと手話で歌おう（14：00～15：30）			D	麻雀	有	4	水
5	木	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	B	書を愉しむ			C	パソコン講座	A＋	カラーセラピスト“たっきぃ先生”の『イロカルタで脳トレ＆リラックス』					D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	5	木
6	金	D	麻雀					C	インストラクターと一緒に体操	D	水彩画フリー			C	脳トレタイム	C	リレーカラオケ	D	ゆっくり麻雀	D	麻雀			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	脳トレタイム	C	全く初めて麻雀			CHECK	特別お出かけ編「有名スイーツ＆ティータイム」『ガーデンカフェ・マールプランシュ上桂店』					D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	9	月
10	火	D	麻雀			D	卓球	B	葉子先生の英会話教室			D	わらべ歌の会	B	楽しい朗読			C	ゆる卓球	D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	10	火
11	水	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	B	ノルディックウォーク			C	初心者麻雀	C	リレーカラオケ			D	ゆっくり麻雀	D	卓球	D	麻雀			有	11	水
12	木	D	麻雀					B	ウクレレフレンズ	C	アドバイス麻雀	C	インストラクターと一緒に体操	B	美姿勢フィットネス			C	パソコン講座	D	麻雀			有	12	木
13	金	D	麻雀					D	写経フリー			C	スマホ講座	C	CHECK おしゃべり喫茶			C	脳トレタイム	D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	13	金
14	土																								14	土
15	日																								15	日
16	月	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	D	朝の体操（20分）	CHECK	みんなでお取り寄せ（11：00～12：00）			B	歌いましょうか			B	編み物講座	D	卓球	D	麻雀	有	16	月
17	火	D	麻雀	C	全く初めて麻雀			B	ソングアラカルト	＋	個人ピアノレッスン		笑歩クラブ			C	リレーカラオケ	D	ゆっくり麻雀	D	麻雀			有	17	火
18	水	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	LINE講座			B＋	和の一皿（12：00～13：00）			A	ビーズアクセサリー	A	リンパ＆ストレッチ	C	初心者麻雀	D	麻雀	有	18	水
19	木	D	麻雀			D	卓球	C	ポップス歌おう			C	スタッフとゆる卓球	CHECK	冬のお出かけ　ナイトスポット『 京都イルミネーション シネスタヒルズ 』るり渓温泉					D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	19	木
20	金	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	D	水彩画フリー	C	インストラクターと一緒に体操	C	アドバイス麻雀	CHECK C＋	スペシャル！コーヒー倶楽部　クリスマスバージョン					D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	20	金
21	土																								21	土
22	日																								22	日
23	月	CHECK アップライブリー『 2024 クリスマス ＆ 忘年会＆発表会 』　☆スペシャルゲスト”市川香萌（いちかわこうほう）：　市川團十郎一門”																						有	23	月
24	火	D	麻雀			D	卓球	B	葉子先生の英会話教室			C	リレーカラオケ	A	シニア向け背骨コンディショニング			C	全く初めて麻雀	D	麻雀			有	24	火
25	水	D	麻雀			D	卓球	D	ゆっくり麻雀	C	わらべ歌の会	CHECK＋	カフェランチ『OKUDO-YA』IN三山木（先着7名）			C＋	シアター（プチおやつ付）『大誘拐 RAINBOW KIDS』北林谷栄 緒形拳 樹木希林			D	麻雀			有	25	水
26	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	B	美姿勢フィットネス			C	知って得するスマホ講座	D	麻雀			有	26	木
27	金	D	カラオケ	D	麻雀	D	卓球	C	インストラクターと一緒に体操	C	スタッフとゆる卓球			C	CHECK 健康実録					D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ	有	27	金
28	土																								28	土
29	日																								29	日
30	月																								30	月
31	火																								31	火

特別お出かけ編
有名スイーツ＆ティータイム

静かな住宅街にあるガーデンカフェは、季節折々に整えられたお庭のイロクドスイーツとベイクドイーツの香りに立てての焼き包まれた、素敵なひとときをお過ごしいただけます。

マンスリーのサロンでのスイーツの時間を、特別に外に飛びして、話題のマールプランシュ北桂店へでかけましょう。

令和６年１２月９日（月）
13：30～16：00

OKUDO-YA KYOTO（オクドヤ）
クリスマス カフェランチ

かまどで炊いたおかずなしでも美味しいご飯に、主役級のおばんざいと間違いないメイン料理。

可愛い食器で、本物のスペシャルな和食を今年のクリスマスに堪能しましょう。

大きな器で提供される味噌汁も抜群！

令和６年１２月25日（水）
11：00～14：00

✿ 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1,100円～1,650引きでのご利用となります。

（ビジター料金）【カルチャー定価料金】		（会員様特典）【定価より1,100円～1,650円引き】
A.	→ 4,400円	→ 2,750円
B.	→ 3,850円	→ 2,200円
C.	→ 2,750円	→ 1,650円
D.	→ 2,200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：各パ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の各パ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、定価から割引価格でのご利用となります。

✽ ライフサポート料金について ✽

ー詳しい料金表をご覧くださいー

全て税込価格の表示です。