**ショートケア木川亭　10月のご案内**

西浦クリニック　ショートケア木川亭

曜日ごとにお部屋の雰囲気が違いますので、利用の方法なども含めまして

別紙「ショートケア木川亭のご案内」をご確認ください😊

ショートケア木川亭プログラム予定（10月）

☆木川亭の開所時間は９：３０～１２：３０です☆

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 実施日（月） | 内容 | 実施日（水） | 内容 |
| 2日（月）フリースペース | お部屋を自分のペースで利用していただけます。 | 4日（水）ストレッチ | 少し体をほぐしてみましょう |
| 9日（月）休み | 祝日スポーツの日です | 11日（水）コーヒーをたのしむ☕ | 色んなフレーバーのコーヒーをみんなで楽しみませんか？ |
| 16日（月）フリースペース | お部屋を自分のペースで利用していただけます。 | 18日（水）簡単ヨガ | スタッフが少しはまっている簡単ヨガを体験しましょう♪ |
| 23日（月）フリースペース | お部屋を自分のペースで利用していただけます。 | ２5日（水）絵を描いて　　　　　みよう | 人気プログラム🖌みんなで絵を描きましょ😊 |
| 30日（月）フリースペース | お部屋を自分のペースで利用していただけます。 |  |  |