**ショートケア木川亭　1２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（1２月）

☆木川亭の開所時間は９：３０～１２：３０です☆

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 月曜（自分ペースで参加） | 水曜日（ワイワイ過ごそう） | |
| ４日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | ６日（水）  座談会 | みんなで、当日話し合いたいテーマを出し合って、ざっくばらんに話ましょう♪  テーマ例）  ・最近、物の値段が高い！みんなは  どうやって節約してる？  ・おすすめの手抜き料理は？ |
| １１日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | １３日（水）  体をほぐそう | 寒くなってきましたので、急に体を動かすと痛めてしまうことも・・・  ゆったりとストレッチで体をほぐしましょう |
| １８日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | ２０日（水）  クリスマスデコ✨ | クリスマスに向けて、  一緒に作品を作りましょう♪  何を作るかはお楽しみ😊  （少しお菓子もご用意しますので、ゆったり過ごしましょう🌲） |
| ２５日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです）  （少しお菓子もご用意しますので、ゆったり過ごしましょう🌲） | ２７日（水）  クロージング🚢 | 木川亭2023年の最終日！  開所して7か月の締めくくりの日です😊  みんなでゆっくり過ごしましょう♪ |