**ショートケア木川亭　1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（1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） |
| ８日（月）祝日でお休みです | １０日（水）年末年始をどう過ごしましたか？お話しましょう | 新年１発目の木川亭です２週間ぶりの開催なので、皆さんの２週間の出来事などをゆっくりお話ししましょう😊 |
| １５日（月）フリースペース（おしゃべりOKです） | １７日（水）ストレッチしましょ | お正月に慣れてしまった体をリセットしましょう♪ストレッチで体をほぐし！！ |
| ２２日（月）フリースペース（おしゃべりOKです） | ２４日（水）木川亭で【やってみよう】 | 木川亭に来てくださっている皆さんに木川亭でやってみたことなどを聞かせてください😊 |
| ２９日（月）フリースペース（おしゃべりOKです） | ３１日（水）木川亭の節分 | ２月３日を前に、木川亭で節分しましょ！何をするのかは、当日のお楽しみで |