**ショートケア木川亭　６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（６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） | |
| ３日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | ５日（水）  ゆるヨガ | 座ってできるヨガで  日ごろの疲れを癒しましょう♪  癒しの時間を過ごしましょう✨ |
| １０日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | １２日（水）  映像鑑賞 | 映画やドラマなど、長く観るのは疲れるので短時間で楽しめるものを鑑賞します😊  リクエストどしどしお待ちしています |
| １７日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | １９日（水）  ストレッチ | 木川亭恒例の  ストレッチDay！！  ゆるりと体をほぐして  疲れにくい身体にしましょう！ |
| ２４日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | ２６日（水）  夏の絵を  描こう🖌 | 夏にちなんだ絵をみんなで描きませんか？  スタッフが下手😊なので  安心して描いてください🖌 |