**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🖌 |