**ショートケア木川亭　７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（７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） | |
| １日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | ３日（水）  スタッフの日 | この日はスタッフが、何かを考えて  何かを行います(笑)  何をするかはお楽しみです😊 |
| ８日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | 10日（水）  ストレッチ | 木川亭恒例のストレッチ！  身体を伸ばして夏バテ予防です✨ |
| １5日（月） | １7日（水）  動画鑑賞 | 前回好評でしたので、今回も皆さんの観たい動画を鑑賞しましょう😊  リクエストどしどしお待ちしています |
| ２２日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | ２４日（水）  リラックスヨガ | 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✨ |
| ２９日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | 31日（水）  動画で旅行 | 家族でタブレットを見るイラスト色んな行きたい場所を動画で映してみます！皆さんと動画で旅行に出かけます♪ |