**ショートケア木川亭　８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（８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） | |
| ５日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | ７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✨ |
| １２日（月） | １４日（水）  お休み | 休診日のため  なすとキュウリの精霊馬のイラスト（お盆）お休みです |
| １９日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | ２１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✨ |
| ２６日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | ２８日（水）  おでかけ？ | お天気をみながらになりますが、  延期していたお出かけプログラムです♪ |