**ショートケア木川亭　４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（４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） | |
|  | ２日（水）  ストレッチ | 木川亭恒例のストレッチ！  身体を伸ばして気持ちよくなりましょう✨  ゆったり行います♪ |
| ７日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | 9日（水）  動画鑑賞🎥 | 当日参加されている皆さんで相談して  観たい動画を鑑賞しましょう😊 |
| 1４日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | 16日（水）  絵を描いて  楽しむ🖌 | 久々に皆さんで絵を描きましょう🖌  スタッフが下手なので、安心して参加してください😊 |
| 2１日（月）  フリースペース  （おしゃべりOKです） | 23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） | 30日（水）  やりたいことを  話あう日 | これからの木川亭で「やってみたいこと」を  色々と教えてください！ |
| ※ショートケア木川亭は、4月で2周年を迎えました㊗  　ショートケア木川亭は、西浦ククリニックが開院して1か月後にオープンしました！  これまで、「人と交わる」・「復職までのリズム作り」・「集団に居ることに慣れる」・「通う練習」など様々な目的で利用していただいています。これからも「ゆったり利用できる場所」としてやってきますので3年目もよろしくお願いします😊 | | |