

# 2021年2月

# マギーズ東京 スケジュール

- グループプログラムには無料で参加できます。ご自身に合ったプログラムを見つけるお手伝いをいたしますので、お問い合わせください。
- 現在、グループプログラムはすべてオンラインで開催しています（☆印がついています・要予約）

日	月	火	水	木	金	土
	センターオープン 10:00 - 16:00 ★ストレスマネジメント 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00	センターオープン 10:00 - 16:00 ★リンパ浮腫の教室 10:00 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00	センターオープン 10:00 - 16:00 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30 ナイトマギーズ（江東区 18:00 - 20:00 委託事業）	
7	センターオープン 10:00 - 16:00 ★ストレスマネジメント 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00 ★ノルディック ウォーキング 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00 ★脱毛・頭皮ケア 10:30 - 11:30 ★食事や栄養のお話 14:30 - 15:30	11	センターオープン 10:00 - 16:00 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30	13
14	センターオープン 10:00 - 16:00 ★ストレスマネジメント 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00	センターオープン 10:00 - 16:00 ★これからの わたしのために① 10:00 - 12:00	センターオープン 10:00 - 16:00 ★グリーフケアの集い 10:30 - 12:00	センターオープン 10:00 - 16:00 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30 ナイトマギーズ（品川区 18:00 - 20:00 委託事業）	20
21	センターオープン 10:00 - 16:00 ★ストレスマネジメント 10:30 - 11:30	23	センターオープン 10:00 - 16:00 ★これからのわたしの ために② 10:00 - 12:00 ★食事や栄養のお話 14:30 - 15:30	センターオープン 10:00 - 16:00 ★チャールズクラブ 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30	27
28					 プログラムの 詳細はこちら	

<https://maggiestokyo.org/calender/>

ご予約と お問い合わせ ■電話：03-3520-9913（平日：10時～16時）  
 ■メール：soudan@maggiestokyo.org

※センターへのご来訪も、当面のあいだ事前連絡をお願いしています。