

2025年6月 マギーズ東京 プログラムスケジュール

■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予約が必要です（☆印は現地開催、★印はオンライン開催）

日	月	火	水	木	金	土
1 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント	2 ☆13:00 - 14:00 こころのリラクゼーション ☆14:30 - 15:30 家族や友人のための時間	3	4	5 ★10:30 - 12:00 グリーフケアの集い	6 ☆11:00 - 12:30 マギーズサークル ☆14:00 - 15:00 からだのリラクゼーション 夜間オープン18:00-20:00 (江東区委託事業)	7
8 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント	9 ☆10:30 - 12:00 ノルディックウォーキング ☆13:00 - 14:00 こころのリラクゼーション	10	11 ☆14:30 - 15:30 食事や栄養のお話	12 ☆13:00 - 14:00 ホルモン療法あれこれ	13	14
15 ☆13:00 - 14:00 ストレスマネジメント	16	17	18 ☆10:30 - 12:00 おトイレよもやま話 ☆14:30 - 15:30 食事や栄養のお話	19 ☆10:30 - 11:30 チャールズクラブ ☆13:30 - 15:00 グリーフケアの集い	20 ☆14:00 - 15:00 からだのリラクゼーション 夜間オープン18:00-20:00 (品川区委託事業)	21
22 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント	23 ☆10:30 - 12:00 ノルディックウォーキング ☆13:00 - 14:00 こころのリラクゼーション	24	25 ★10:30 - 11:30 脱毛・頭皮ケア	26 ★13:00 - 14:30 マギーズサークル	27 ☆14:00 - 15:00 からだのリラクゼーション	28
29 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント	30				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

■メール：soudan@maggiestokyo.org

(センターオープンは平日10時～16時)

※センターへのご来訪は予約なしで、無料でご利用いただけます。