

2025年8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み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
	プログラムの詳細はこちら  https://maggiestokyo.org/calender/				1 ☆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)	2
3	4 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント	5 ☆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 ☆16:15 - 18:15 満席：これからのわたしのために	6	7 ★10:30 - 12:00 グリーフケアの集い	8	9
10	11	12 ☆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 ☆16:15 - 18:15 満席：これからのわたしのために	13 ☆14:30 - 15:30 食事や栄養のお話	14 ☆13:00 - 14:00 ホルモン療法あれこれ	15 ☆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)	16
17	18	19 ☆13:00 - 14:00 こころのリラクゼーション ☆16:15 - 18:15 満席：これからのわたしのために	20 ☆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	21 ☆10:30 - 11:30 チャールズクラブ	22 ☆14:00 - 15:00 からだのリラクゼーション	23
24	25 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント ☆14:00 - 15:30 リンパ浮腫の教室	26 ☆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 ☆16:15 - 18:15 満席：これからのわたしのために	27	28 ★10:30 - 11:30 脱毛・頭皮ケア ★13:00 - 14:30 マギーズサークル	29 ☆14:00 - 15:00 からだのリラクゼーション	30

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