

2026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。
 ■センターのご来訪は予約なく、無料で利用できます。■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)

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