

2021年9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



プログラムの
詳細はこちら

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

| | | | | | | |
|----|------------------------------------|--|---|----------------------------------|---|--|
| | | | 1 ★10:00 - 12:00 これからの わたしのために③ | 2 | 3 ★10:30 - 11:30 リラクゼーション | 4 |
| 5 | 6 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント | 7 | 8 ★10:00 - 12:00 これからの わたしのために④ ★14:30 - 15:30 食事や栄養のお話 | 9 ★10:30 - 12:00 グリーフケアの集い | 10 ★10:30 - 11:30 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) | 11 |
| 12 | 13 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント | 14 ★10:30 - 11:30 ノルディック ウォーキング | 15 ★10:00 - 12:00 これからの わたしのために⑤ | 16 ★10:00 - 11:30 リンパ浮腫の教室 | 17 ★10:30 - 11:30 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) | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 ★10:00 - 12:00 これからの わたしのために⑥ ★14:30 - 15:30 食事や栄養のお話 | 23 | 24 ★10:30 - 11:30 リラクゼーション | 25 オンライン オープン マギーズ 13:30 - 15:00 |
| 26 | 27 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント | 28 | 29 ★10:00 - 12:00 これからの わたしのために⑦ | 30 ★10:30 - 11:30 チャールズクラブ |  | |

ご予約と お問い合わせ ■電話：03-3520-9913 (センターオープンは平日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。