

2021年10月 マギーズ東京 オンライングループプログラム

- 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
		 https://maggiestokyo.org/calender/	プログラムの 詳細はこちら		1 ★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)	2
3	4 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント	5 ★14:00 - 15:30 ケアラーのための時間	6	7	8 ★10:30 - 11:30 リラクゼーション	9
10 5周年記念 イベント 14:00 - 16:00	11 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント	12 ★10:30 - 11:30 ノルディック ウォーキング	13 ★10:30 - 11:30 メイク・スキンケア ★14:30 - 15:30 食事や栄養のお話	14 ★10:30 - 12:00 グリーフケアの集い	15 ★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)	16
17	18 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント	19	20	21 ★13:00 - 14:30 マギーズサークル	22 ★10:30 - 11:30 リラクゼーション	23
24 31	25 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント	26	27 ★14:30 - 15:30 食事や栄養のお話	28 ★10:00 - 11:30 チャールズクラブ	29 ★10:30 - 11:30 リラクゼーション	30

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。