

ソラリエプログラム (2021年 10月)

※12:00～ 食事(別途500円)

	月	火	水	木	金
					1
13:00 ～ 14:00		食事予約は前週の水曜まで♪ Tel : 011-222-3989			※食事提供なし
	4	5	6	7	8
13:00 ～ 14:00	心ころケア ～語る編～ (小林)	Jまいんどふる (高澤)	ヨーガと呼吸法 (佐高先生)	生きるための 笑いの力 (木村・山田Dr.)	コンチワ♥根治本 (布)
	11	12	13	14	15
13:00 ～ 14:00	自分スタディ (菅原)	Jまいんどふる (阿部)	山田Dr. プログラム	生きるための 笑いの力 (木村・山田Dr.)	※食事提供なし
	18	19	20	21	22
13:00 ～ 14:00	心ころケア ～背景編～ (小林)	Jまいんどふる (菅原)	ヨーガと呼吸法 *研修室* (佐高先生)	生きるための 笑いの力 (木村・山田Dr.)	大人の図画工作 (尾形)
	25	26	27	28	29
13:00 ～ 14:00	今とこれから (小林)	Jまいんどふる (布)	山田Dr. プログラム	生きるための 笑いの力 (木村・山田Dr.)	※食事提供なし