

ソラリエプログラム (2022年 10月)

※12:00～ 食事(別途500円)

	月	火	水	木	金
	3	4	5	6	7
13:00 ～ 14:00	ハンドケア ゆっくり贅沢時間 (小林)	Jまいんどふる (阿部)	ヨーガと呼吸法 (佐高先生)	こころゆさぶる 笑いの力 (木村)	気功で健康!
	10	11	12	13	14
13:00 ～ 14:00	祝日	Jまいんどふる (木村)	山田Dr. プログラム	こころゆさぶる 絵本の力 (粥川)	気功で健康!
	17	18	19	20	21
13:00 ～ 14:00	こころケア ～背景編～ (小林)	Jまいんどふる (高澤)	ヨーガと呼吸法 (佐高先生)	こころゆさぶる 笑いの力 (木村)	気功で健康!
	24	25	26	27	28
13:00 ～ 14:00	フットケア ネットクスタイム *参照 (小林)	Jまいんどふる (尾形)	山田Dr. プログラム	こころゆさぶる 絵本の力 (粥川)	気功で健康!
	31				
13:00 ～ 14:00	今とこれから (小林)	<p>*10月24日について 要タオル持参♪足湯と オイルマッサージができる 服装でお越しく下さい。</p>		<p>食事予約は前週水曜 (14:00) まで♪ Tel: 011-222- 3989</p>	