

ソラリエプログラム (2023年 2月)

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---------------------|------------------------------------|----|--|---------------------------------|----|
| | | | 1 | 2 | 3 |
| 13:00 ～ 14:00 | | | なんでも座談会 | こころゆさぶる 笑いの力 (木村) | |
| | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 13:00 ～ 14:00 | フットケア テトックスタイム * 参照 (小林) | | 気功で健康！ | こころゆさぶる 絵本の力 (粥川) | |
| | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 13:00 ～ 14:00 | こころケア ～語る編～ (小林) | | 気功で健康！ | テーマトーク ～食事のこだわり～ (粥川) | |
| | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 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 | 祝日 | |
| | 27 | 28 | <div style="background-color: #fce4ec; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> *2月6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。 </div> | | |
| 13:00 ～ 14:00 | ストレスコーピング (小林) | | | | |