

# 2018年 サタデーリワーク予定表

## 5月12日(土)

AM: モーニング・ティータイム

PM: 歩きんぐ **春の散策**

(講師: サチ先生)

※雨天時は室内でエクササイズ



## 5月26日(土)

AM: シンプル・クッキング

PM: セルフ・メディケーション

(講師: 尻ミッター先生)

## 6月9日(土)

**たこ焼きパーティ♪ @リワーク**

10:00 リワーク集合、買い出し会議

(朝の会に居る人数分を準備する予定です。

この時間に間に合わない方は前日までにお知らせ下さい。)

10:30 ラフィラへ買い出し

11:30 リワークにて調理開始

12:00 たこ焼きパーティ

14:00 後片付け **※バンダナとエプロン持参**

## 6月23日(土)

AM: スイーツを食べに行こう

PM: あへあほリラックス

(講師: 谷口先生)

## 7月7日(土)

☆ **初夏の遠足 円山動物園に行こう♪** ☆

10:00 朝の会

10:30 リワーク出発

マルヤマクラスでお弁当などを購入

11:20 円山動物園見学 & お弁当タイム

14:00 動物園出発

15:00 帰りの会

※ 交通費は自己負担です。

※ 購入したお弁当を入れるリュックかバッグをご持参ください。(カラス対策)

※ 65歳以上の方は、無料になりますので、年齢を確認できるものをご持参ください。

※ 天候によるプログラム開催可否は、前日の7月6日(金)17:00までに、当院ホームページにてお知らせします。

※雨天時プログラム

AM: 朝からカラオケ! PM: カフェに行こう♪

(昼食はカラオケ店にて食べます。リワーク食は、ありません。)

## 7月21日(土)

AM: アロマテラピー

(担当: 布スタッフ)

PM: ボディ・アウェアネス

(講師: 菊地先生)



### 〈基本のタイムスケジュール〉

10:00~ 受付/近況・今日の楽しみなことなど

10:30~ AMプログラム

12:00~ 昼食

13:00~ PMプログラム

14:30~ 会計・アンケート記入

15:00~ 感想・1日のふりかえり

16:00 閉

最新情報はこちらをご覧ください!

医療法人社団ほっとステーションホームページ

<http://www.hotto-station.com/>

大通公園リワークオフィス

