

公認心理師 による あ た ま の 教 室

ゆるふわ体操 筋肉編

6/8 (木)

時間

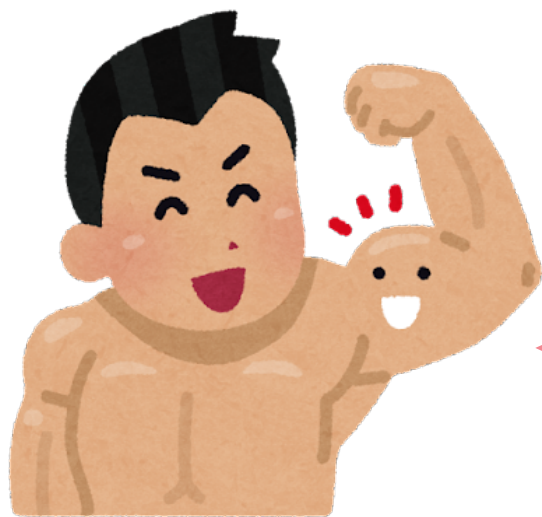
14:00-15:00

場所

仙台青葉ロイヤルケアセンター
通所リハビリテーション

対象

通所リハビリテーションご利用の方



筋肉

前回大好評だった
「ゆるふわ体操」の続編です！
今回は筋肉を「ゆるっ」と「ふわっ」とさせて、こころを落ち着ける方法を体験していただきます。

[担当] 西仙台病院 臨床心理室職員 (公認心理師)

木曜日ご利用以外の方の追加利用も、是非お待ちしております。
追加利用をご希望の際は、職員にお声がけください！

今後のよてい

7/14 (金)

「あたまの教室」
脳トレーニング

8/19 (土)

「こころの教室」
感覚を楽しもう

9/11 (月)

「あたまの教室」
日本一周クイズの旅