

サタデーリワークのおしらせ

日時：2020年10月24日

担当:布・菅原

集合：リワークII

午前：秋の散策 中島公園（講師:さち先生）

※雨天時は歩きんぐエクササイズ

午後：Wii de パーティー



Wii を使って、チームに分かれてゲームをします。ゲームが得意な人も、そうでない人も、楽しめますよ♪

* 新型コロナウイルス感染予防対策として、各プログラムを定員制にします(午前 13 名、午後 13 名)。

* 電話での事前申込制(先着順)とします。[011-222-3989](tel:011-222-3989)までご連絡ください。

* 申し込み時に、食事(お弁当)の有無をお伝えください。

例)「終日参加希望、食事あり」「午前のみ参加希望、食事なし」など

* お弁当注文の関係上、[出席の連絡を10月21日\(水\)13時まで](#)にいただけると助かります。

《次回の予定》

11月14日

AM: 室内環境とメンタルヘルス

(担当:阿部)

PM: あへあほリラックス (講師:谷口先生)

《年内のサタデーリワーク》

11月28日

AM:調整中 PM:太極舞 (高田先生)

12月12日

AM:調整中 PM:ヨガ (佐高先生)

感染予防対策について

- ・マスク着用
- ・来所時の検温・手指消毒の実施
- ・常時、窓とドアを開けて換気(室温調節が難しいため、各自上着などで調節をお願いします)
- ・ウォータージャグとポットの使用禁止(飲み物は、各自持参願います)
- ・座る間隔を広げる
- ・終礼後、テーブルなど触れた箇所の消毒
- ・発熱や呼吸器症状のある方、同居の家族や職場の方で同様の症状がある方は参加をご遠慮ください。

《基本のタイムスケジュール》

- 10:00～ 受付/近況・今日の楽しみたいこと等
- 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

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://hotto-station.com/>

大通公園リワークオフィス

