

# あいの流

## パーキンソンダンスの会

### ～ダンスを通じて元気になろう！～

### 第5弾

日時：平成27年11月4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水)

11:00～12:00 (受付10:45)

☆1日のみの参加もOKです☆

場所：藍野病院 6階研修室

集合場所：総合受付前 (10:45までにお集まり下さい)

内容：①全身のストレッチ

②音楽に合わせたリズム体操

③頭の体操を取り入れた腕や足の運動

④ステップ練習、バランス練習



目的：リズムに合わせて動きやすい身体を作る

ダンス前後で歩行スピードやバランスを測定します (可能な方のみ)

参加条件：パーキンソン病の方 (パーキンソン症候群の方も含む)

ご自身で立ち座りが可能であれば参加できます！

参加費：**無料** 人数：12名程度 (初回の方優先となります)

＜薬剤師によるお薬相談コーナー＞

ダンス終了後にお薬の相談ができます。気軽にご相談下さい。

申し込み期間：H27年10月1日～各日時の**1週間前**まで

申し込み・問い合わせ：**072-621-3719 (リハ直通)**

藍野病院リハビリテーション部 担当：小西・山田

藍野病院リハビリテーション部主催

