

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9弾

日時：11月2日(水)・9日(水)・16日(水)・30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 (10:40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



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 (先着順となります)

＜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。

申し込み期限：10月3日(月)～各日時の一週間前まで

申し込み・問い合わせ：072-627-7611 (代表)

藍野病院リハビリテーション部 担当：荒木・羽馬

藍野病院リハビリテーション部主催

