

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2弾

日時：1月13日(火)・20日(火)・27日(火)・2月3日(火)

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

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

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！

今回、初参加の方を優先させて頂きます。ご了承下さい。

参加費：**無料** 人数：10名程度（**先着順**となります）

申し込み期限：各日時の**3日前**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

