

じゆうたいそうのおしらせ



5月より、開催回数を4回⇒6回に増やしていきます！
 ぎおん牛田病院でリハビリ利用されている方ならどなたでも参加できますので、
 ふるってご参加くださいね♪

日にち・内容

① 5月16日（火）・26日（金）・31日（水）**膝痛体操**

② 5月11日（木）・19日（金）・23日（火）**腰痛体操**

各日程14：00～開催

なお、リハビリ室は13：00～開いていますので早めに来て頂いても構いません

※ウォーターベッドは来られた順に案内しておりますのでご了承ください。

※当日、ストレッチは時間の都合上、控えさせていただいています。ご了承ください。

※各運動は機械治療含めて全部で1時間程度です。

※治療は原則1日に1度のみとなります。

午前中のリハビリや機械治療はできませんので、注意して下さい。

場所

ぎおん牛田病院1階リハビリテーション室

対象

当院外来リハビリで治療を受けている方

持ってきて頂くもの

- ♪ 飲み物
- ♪ タオル（汗を拭くため）
- ♪ 前回お渡しした資料（あれば）

体操教室は予約制です。
 参加希望の方はスタッフまで
 お声掛け下さい。



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

膝痛体操

腰痛体操

気になる点がございましたら、
 1階リハビリテーション室まで お気軽にお越しください♪