

HAPPY NEW YEAR!!

GION USITA

# じゆうたいそうのおしらせ



## 【<sup>だいだい</sup>橙の名前の由来】

橙の実<sup>だいだい</sup>は、冬になると熟して黄色になります。しかし、枝から離さずそのままにしておくと、もとの緑色<sup>だいだい</sup>にに戻り、また冬が近づくと再び黄色に変わります。これを年々繰り返すことから『橙』と名付けられました。



## 日にち・内容

**ひざ** 1 / 7 (火)・17 (金)

**こし** 1 / 10 (金)・21 (火)

**かた** 1 / 14 (火)・24 (金)

各日程14:00～開催  
体操教室は予約制ですが  
見学・体験はいつでも可能です。



参加希望日に○を付けて  
ご持参下さい

月	火	水	木	金	土	日	
		1	2	3	4	5	
		← 外来リハビリお休み →					
6	7	8	9	10	11		
	ひざ			こし			
13	14	15	16	17	18	19	
成人の日	かた			ひざ			
20	21	22	23	24	25	26	
	こし			かた			
27	28	29	30	31			

年始は  
4日から!

※機械の利用は、多少順番が前後することがあ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1時間半程度です。(使う機器によって増減します)

※椅子やマットなどの数に制限があります。また参加人数増加に伴い、

ウォーターベッドや電気治療などの機器の使用に

待ち時間を要する場合がございますのでご了承ください。

## 場所

ぎおん牛田病院1階リハビリテーション室

## 対象

当院外来リハビリ利用者ならどなたでもOK

持ってきて頂くもの

♪ 飲み物    ♪ タオル

♪ いきいきポイント手帳

(体操参加で1ポイントつきます!)

今年もよろしく  
お願いします



ご不明な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♪