



# じゆうたいそうのおしらせ



うちわ、花火、浴衣…日本には古来より夏の風物詩がたくさんありますが、浴衣がその昔、湯帷子（ゆかたびら）と呼ばれ、お風呂に入る際に使われていたのをご存知ですか？  
今と使い方が違いますが、これが『ゆかた』の語源になったともいわれているそうです。



## 日にち・内容

① 8月7日（月）・17日（木）・25日（金）**膝痛体操**

② 8月4日（金）・9日（水）・22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が見学・体験はいつでもできます。お友達をお誘い合わせの上、是非ご参加下さい。

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
	14	15	16	17	18	19
	21	22	23	24	25	
27	28	29		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♪