

じゆうたいそうのおしらせ



盆踊りの話

もともと盆踊りはご先祖の霊をなくさめ、無事にあの世に戻ってもらうためのものでした。
 また、ご先祖様に感謝するとともに、厄災を祓うという意味もあります。
 盆踊りの起源は、平安時代の空也上人と鎌倉時代の一遍上人が広めた念仏踊りだとされています。



日にち・内容

8 / 10 (金)・21 (火) **膝痛体操**

8 / 7 (火)・24 (金) **腰痛体操**

8 / 17 (金)・28 (火) **肩痛体操**



各日程 14:00~開催
 体操教室は予約制ですが
 見学・体験はいつでもできます。
 お友達をお誘い合わせの上、
 是非ご参加下さい。

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

※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るため、参加人数が多い場合は参加をお断り

させていただき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)
- ♪いきいきポイント手帳 (体操参加で1ポイントつきます!)



参加希望日に○を付けてご持参下さい
 混雑時は機器使用に
 待ち時間を要する場合があります

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7 腰	8	9	10 膝	11
12	13	14	15	16	17 肩	18
19	20	21 膝	22	23	24 腰	25
26	27	28 肩	29	30	31	

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♪