

リハビリ体操 (車いす使用者)

ひとりで、あるいは介護の人と、ゆっくり、しっかりリハビリしませんか。

ストレッチや体操や脳トレをみんなでしながら、
ひとりひとりに合った運動のアドバイスを行います。

対象者 : 身体障害者手帳所持者で

車椅子常用または歩行時杖使用の人

開催日時 : 月 2 回金曜日 10:00~11:30

(開催日は下欄参照)

場 所 : スポーツ交流センター **2 階会議室**

必要物 : 屋内シューズ, 動きやすい服装

※介助が必要な人は、介助者と参加してください。



2023年(令和5年)

5月 12日・26日

6月 9日・23日

7月 14日・28日

8月 4日・25日

9月 8日・22日

10月 6日・20日

11月 10日・17日

12月 8日・22日

2024年(令和6年)

1月 12日・26日

2月 2日・16日

3月 8日・22日

申込方法 : ホームページか受付にてお申し込みください。

QR コードでの申し込みも可能です。



定員10名

スポーツ交流センターおりづる

TEL : 082-425-1455 FAX:082-425-6789

実施担当 : 富田