

# じゅうどしんたいいしょう 重度身体障がい者の運動教室①

かどういきかいぜん  
可動域改善

のうりよくこうじょう  
バランス能力向上をめざします。



バランスボールで  
ストレッチ



プールで  
リラクゼーション

にっ 日 程：(アリーナ) 4/14、6/16、9/16  
(プール) 7/21、8/18

じ かん じ ぶん じ ぶん 時 間：10時30分～12時00分

たい しょう しし たいかん しょう 対 象：四肢・体幹に障がいのある

かぞく かいじょしゃ 18歳未満の人とその家族・介助者

てい 員 定 員：10名程度

もうしこみきかん とうよう にちよう  
申込期間：2/16(土)～3/10(日)

うんどう つう すこ  
運動を通じて少しでも  
うご 動きやすい からだ づくりを  
していきましょう。



おか げん じ せん せい  
岡 裕士先生  
りがくりょうほうし  
理学療法士