

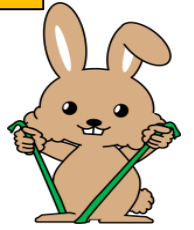
## 宇佐地区①

- 毎月第1水曜 13時30分～※5・1月は第2水曜
- 会場：宇佐市総合運動場 武道場
- 畳やマットでできる体操を中心に紹介します。

開催日	講師
4月3日 (水)	後藤理学療法士
5月8日 (水)	高橋理学療法士
6月5日 (水)	吉田理学療法士
7月3日 (水)	広域リハ
8月7日 (水)	後藤理学療法士
9月4日 (水)	高橋理学療法士
10月2日 (水)	広域リハ
11月6日 (水)	後藤理学療法士
12月4日 (水)	高橋理学療法士
1月8日 (水)	後藤理学療法士
2月5日 (水)	広域リハ
3月5日 (水)	高橋理学療法士

## 宇佐地区②

- 毎月第3水曜 13時30分～
- 会場：宇佐市総合運動場 武道場
- 畳やマットでできる体操を中心に紹介します。



開催日	講師
4月17日 (水)	後藤理学療法士
5月15日 (水)	高橋理学療法士
6月19日 (水)	吉田理学療法士
7月17日 (水)	広域リハ
8月21日 (水)	後藤理学療法士
9月18日 (水)	西原柔道整復師
10月16日 (水)	広域リハ
11月20日 (水)	後藤理学療法士
12月18日 (水)	高橋理学療法士
1月15日 (水)	後藤理学療法士
2月19日 (水)	吉田理学療法士
3月19日 (水)	西原柔道整復師

## 安心院地区

- 毎月第1木曜 13時30分～※1月は第2木曜
- 会場：安心院総合保健福祉センター
- 椅子や畳でできる体操を中心に紹介します。

開催日	講師
4月4日 (木)	友松理学療法士
5月2日 (木)	広域リハ
6月6日 (木)	西原柔道整復師
7月4日 (木)	吉田理学療法士
8月1日 (木)	友松理学療法士
9月5日 (木)	広域リハ
10月3日 (木)	西原柔道整復師
11月7日 (木)	吉田理学療法士
12月5日 (木)	友松理学療法士
1月9日 (木)	広域リハ
2月6日 (木)	吉田理学療法士
3月6日 (木)	西原柔道整復師

## 院内地区

- 毎月第2火曜 13時30分～※8月・2月は第3火曜
- 会場：院内支所 多目的ホール
- 椅子やマットでできる体操を紹介します。

開催日	講師
4月9日 (火)	友松理学療法士
5月14日 (火)	広域リハ
6月11日 (火)	西原柔道整復師
7月9日 (火)	吉田理学療法士
8月20日 (火)	友松理学療法士
9月10日 (火)	広域リハ
10月8日 (火)	西原柔道整復師
11月12日 (火)	吉田理学療法士
12月10日 (火)	友松理学療法士
1月14日 (火)	広域リハ
2月18日 (火)	友松理学療法士
3月11日 (火)	広域リハ

## 注意事項

- ◆軽い運動ができる軽装で、タオルや水分補給のお茶等各自ご持参ください。
- ◆床での体操を実施することがありますので、必要な方はマットやバスタオル等ご持参ください。
- ◆講師の先生が変更する場合がありますが、ご了承ください。