

令和
8年度

難病療養中の方・ご家族のための 難病療養支援教室



参加者の方の声

悩みや近況を
話すことで
気持ちが
前向きになった



外に出るいい
きっかけに
なるので続けて
参加したい

ストレッチやお口の運動は
自宅でも取り入れたい

～ご家族一緒のご参加も大歓迎です！
皆さまのご参加をお待ちしております～

お問い合わせ・お申し込み先

品川保健センター	大井保健センター	荏原保健センター
☎3474-2904	☎3772-2666	☎5487-1311 ☎3788-7016 【R8年5月7日から下段に変更】
北品川3-11-22	大井2-27-20	西五反田6-6-6 荏原2-9-6 【R8年5月7日から下段に移転】

※会場までの送迎はありません。ご了承ください。

リハビリ・音楽療法・つどい

時間:13:30~15:30

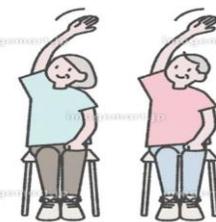
日程を変更する場合があります。ご了承ください。

	品川 保健センター	大井 保健センター	荏原 保健センター
4月	20(月)・リハビリ		23(木)・つどい
5月	18(月)・音楽		14(木)・リハビリ
6月	15(月)・リハビリ (作業療法)	4(木)・リハビリ	23(火)・音楽
7月	13(月)・リハビリ		16(木)・リハビリ
8月	17(月)・つどい		
9月	28(月)・音楽	10(木)・つどい	24(木)・リハビリ
10月	19(月)・リハビリ		6(火)・音楽
11月	16(月)・つどい	12(木)・音楽	26(木)リハビリ
12月	21(月)・リハビリ (作業療法)		1(火)・音楽
R.9 1月	18(月)・音楽	14(木)・リハビリ	28(木)・リハビリ
2月	15(月)・リハビリ		12(金)・つどい
3月	15(月)・つどい	4(木)・音楽	16(火)・音楽

リハビリ 対象:神経難病の方

理学療法士や作業療法士の専門的なサポートのもと、楽しみながら取り組めるリハビリを行っています。

自宅で行える内容が多く、毎日の生活に取り入れることで、筋力や認知機能の改善に役立ちます。一緒に楽しく体を動かしましょう！



音楽療法 対象:全ての難病の方

音楽療法士等の指導により、呼吸法やお口周りの訓練を行います。小楽器を使っでのリハビリは心身のリフレッシュになりますよ！



つどい 対象:全ての難病の方

同じような悩みや症状を抱える方同士が、安心して交流できるつどいを開いています。不安や疑問を解消したりみんなで楽しめるレクリエーションを行っています。ご家族の参加も大歓迎です。

