

第6回

山本明さん御夫妻の心とからだを元気にする

PD 友の会のオリジナル

ダンス



季節はずれのサンタたち

サンタ兄さん：みんな、くるっと回ってかっこいいやんか。

トナカイさん：ターンができるようになってきたなあ。

もみの木さん：僕、骨折して参加できひんかったし、心配。

ペーシングサンタさん：大丈夫。AI 歩行支援機器もあるよ。

魔女っこちかちゃん：佛大の奥山先生のワンポイントリハビリ相談もあるよ。

サンタさん：人生楽しまなきゃ。

サンタねえさん：みんな来てね。

※はきなれた靴と
動ける服で来て下
さい。水分をお持ち
下さい。

9月25日(金)13:10~14:50

※途中休憩あり

京都市下京いきいき市民活動センター

(塩小路高倉京都市バス芸大前すぐ) (京都駅から東へ徒歩10分)



アンダー・アーム・ターンに挑戦？今回はじめてでも大丈夫。

**男性が上げた腕の下を、女性がくぐりながら回転して回る
代表的な技。**

**ジルバの陽気なリズムに合わせて心もからだもうきうきおどしましょう。
山本先生の姿勢は、腰・肩がのびて、かっこいい。**

※300円程度の参加費をと考えています。その日の参加者数でかかった経費をわります。

連絡先

070-1791-4677

中西美智子

主催：全国パーキンソン病友の会京都府支部