

回覧 お湯っこでリフレッシュコース

# あずみの湯 健康教室

## 参加者募集



7月・8月・9月の企画

7月/ 4(木)6(土)10(水)19(金)20(土)25(木)

申込期間  
6/25(火)～

8月/ 1(木)3(土)7(水)16(金)17(土)22(木)

申込期間  
7/25(木)～

9月/ 5(木)7(土)11(水)20(金)21(土)26(木)

申込期間  
8/25(日)～

※9月26日(木)はリハビリ専門職による運動指導です。

### ●ヨガコース

講師：日本ヨガ学会会員 池野 芳子

7/4(木) 8/1(木) 9/5(木)



### ●楽しく民謡踊ろうコース

講師：岩手県民謡指導者連盟会長

藤原真希子

7/10(水) 8/7(水) 9/11(水)



### ●レクリエーションコース

講師：レクリエーション協会  
7/6(土) 7/19(金) 7/20(土)  
8/3(土) 8/16(金) 8/17(土)  
9/7(土) 9/20(金) 9/21(土)

### ●健康相談日

7/25(木) 8/22(木)  
相談員来館…血圧測定や健康面について  
気軽に相談できます。



時間：午前**10時**～午後**2時30分** ★各コース共に、開始時間  
・午前10時30分～12時

電話での申込制です！**各日** 先着順**15名**まで

★参加費：**無料** (入浴料・食事代は別途かかります。)

※会 場：綿帽子温泉館 あずみの湯

※対象者：おおむね65歳以上(付き添いの方も可)

★バスご利用の方は、送りが午後2時30分となります。 ※ その他：バスで無料送迎いたします。

問い合わせ

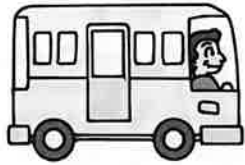
綿帽子温泉館

# あずみの湯

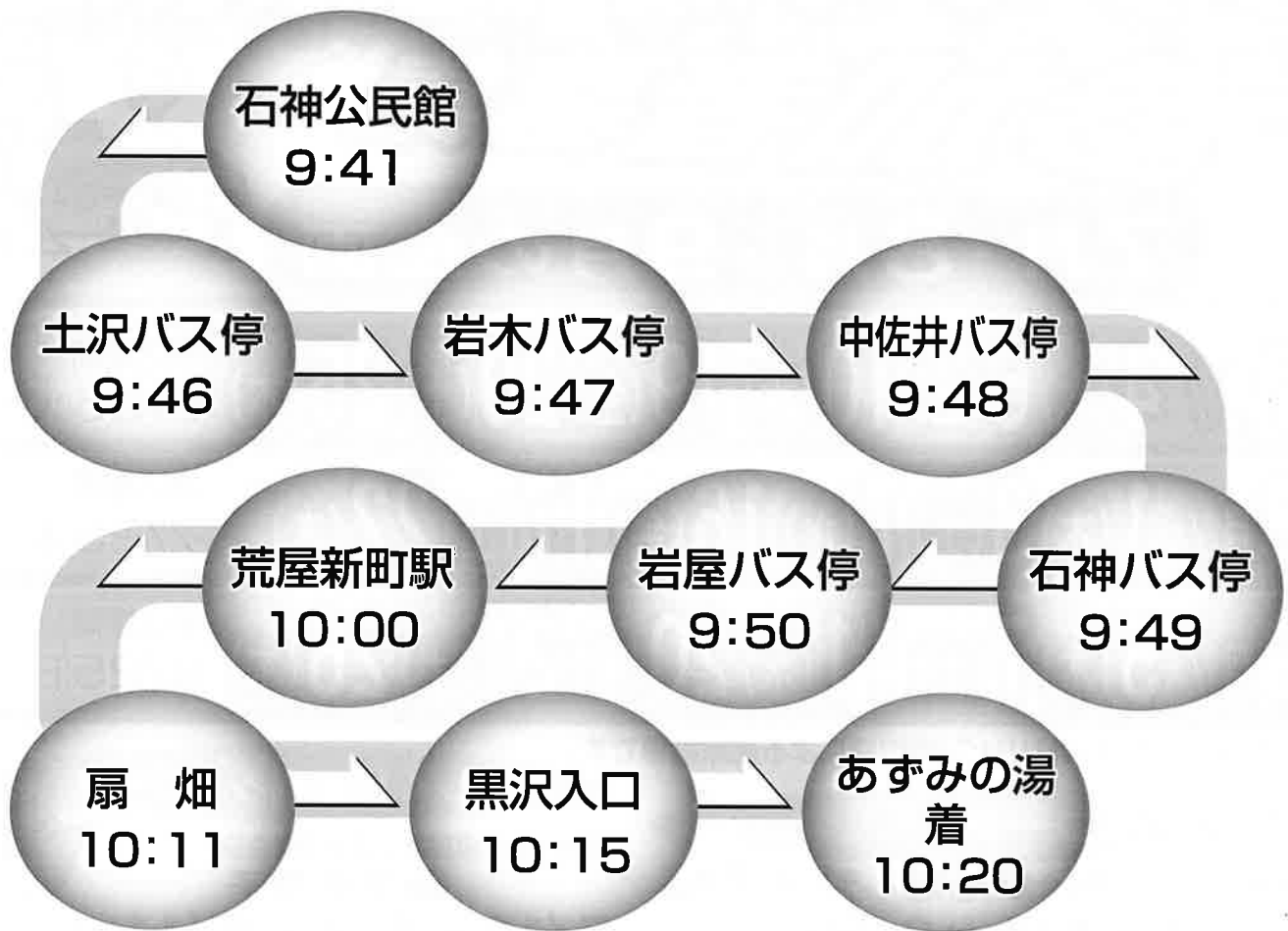
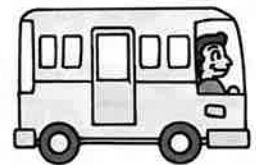
八幡平市細野436-9

電話：72-6811

※健康教室は、介護保険の地域支援事業費を充当し、八幡平市から委託を受けて開催するものです。



# あずみの湯 バス運行表



上記以外の場所で乗車を希望する方は、  
あずみの湯 ☎72-6811 まで、お問い合わせください。