

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



1月・2月・3月の企画

1月/ 4(土)8(水)17(金)18(土)22(水)23(木)30(木) 申込期間 12/25(水)~

2月/ 1(土)6(木)12(水)14(金)21(金)27(木) 申込期間 1/25(土)~

3月/ 1(土)6(木)12(水)15(土) 申込期間 2/25(火)~

※1月30日(木)リハビリ専門職による運動指導

●ヨガコース

講師：日本ヨガ学会会員 池野 芳子

1/22(水) 2/6(木) 3/6(木)

●シルバーリハビリ体操

講師：シルリハ八幡平

1/8(水) 2/12(水) 3/12(水)

●レクリエーションコース

講師：
レクリエー
ション協会

1/4(土) 1/17(金) 1/18(土)
2/1(土) 2/14(金) 2/21(金)
3/1(土) 3/15(土)

●健康相談日

1/23(木) 2/27(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30分**～午後**2時30分**

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・食事は別途がかかります。)

※会 場：綿帽子温泉館 あずみの湯
※対象者：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

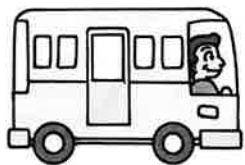
綿帽子温泉館

あずみの湯

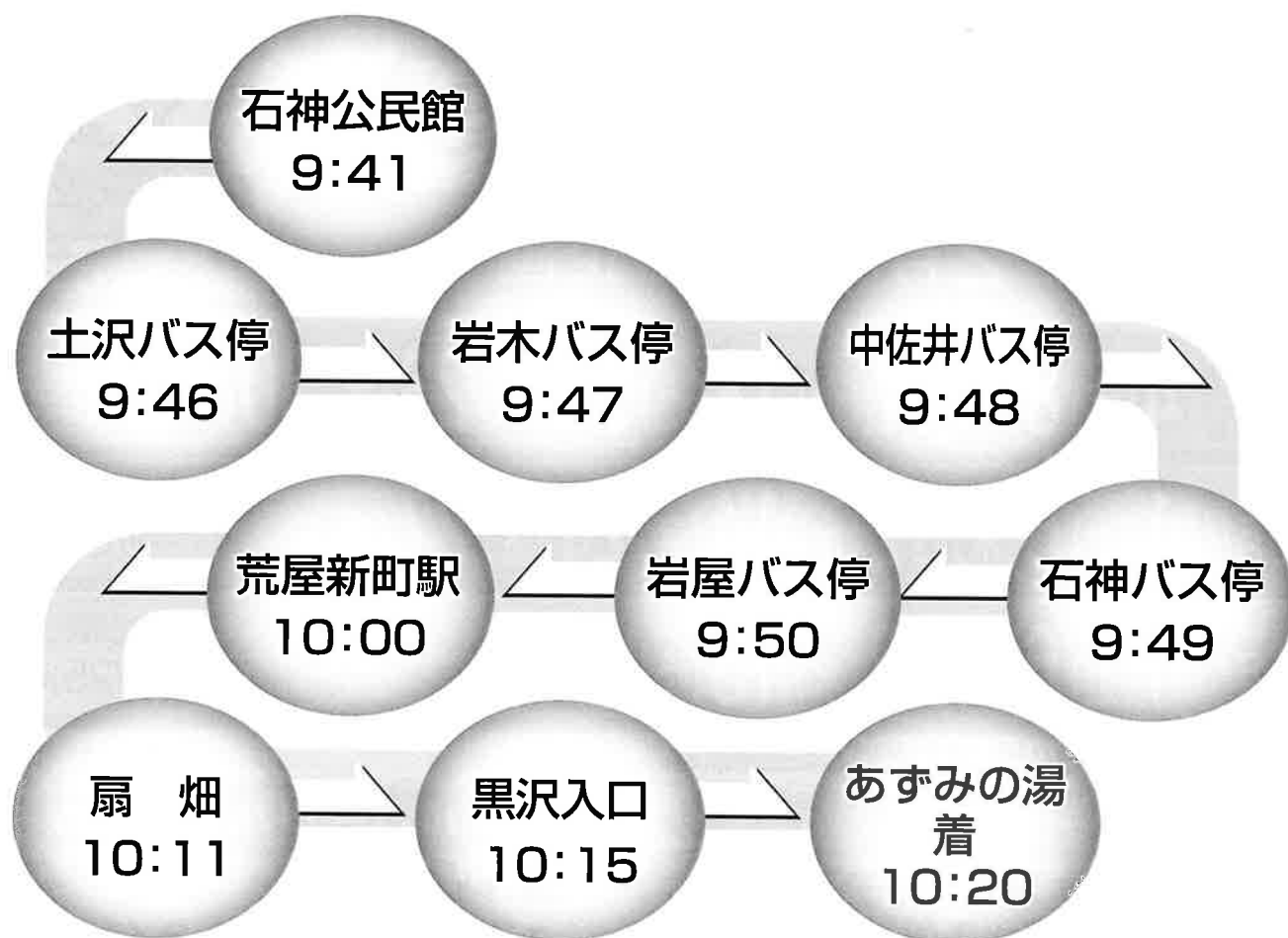
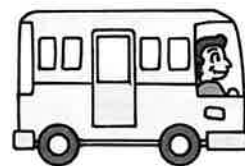
八幡平市細野436-9

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。