

回覧 寺田・平舘地区のみなさまへ

健康教室 参加者募集

＜1月、2月、3月の企画＞



◎募集人数：各15名

◎時間：午前10時～午後2時

仲間と一緒に楽しみませんか!!



実施日	グループ	内容
1月11日(日)	A	シルバーリハビリ体操
1月12日(月)	B	健康教室
1月18日(日)	A	健康教室
1月19日(月)	B	血压測定・軽体操
1月25日(日)	B	シルバーリハビリ体操
1月26日(月)	A	血压測定・軽体操
2月8日(日)	A	シルバーリハビリ体操
2月9日(月)	B	リハビリ専門職による運動指導
2月15日(日)	B	シルバーリハビリ体操
2月16日(月)	A	リハビリ専門職による運動指導
2月22日(日)	A	健康教室
2月23日(月)	B	健康教室
3月8日(日)	A	健康教室
3月9日(月)	B	健康体操
3月15日(日)	A	健康体操
3月16日(月)	B	健康教室

◎ 参加希望者を2つのグループ(A・B)に分けて実施致します。

◎ 参加料：無料

◎ 入浴料：200円
(高齢者等温泉館入浴利用証をご持参の方)

◎ 昼食代：500円

◎ バスでの無料送迎いたします。
(経路は裏面をご覧ください)

◎ 対象者：65歳以上の方(付添いの方も可)

◎ 大更・田頭地区の方も参加可能です。

◎ 申し込みは、電話かFAXでお願いします。

◎ 締め切り：12月25日(木)

申し込み
問い合わせ先

七時雨憩の湯

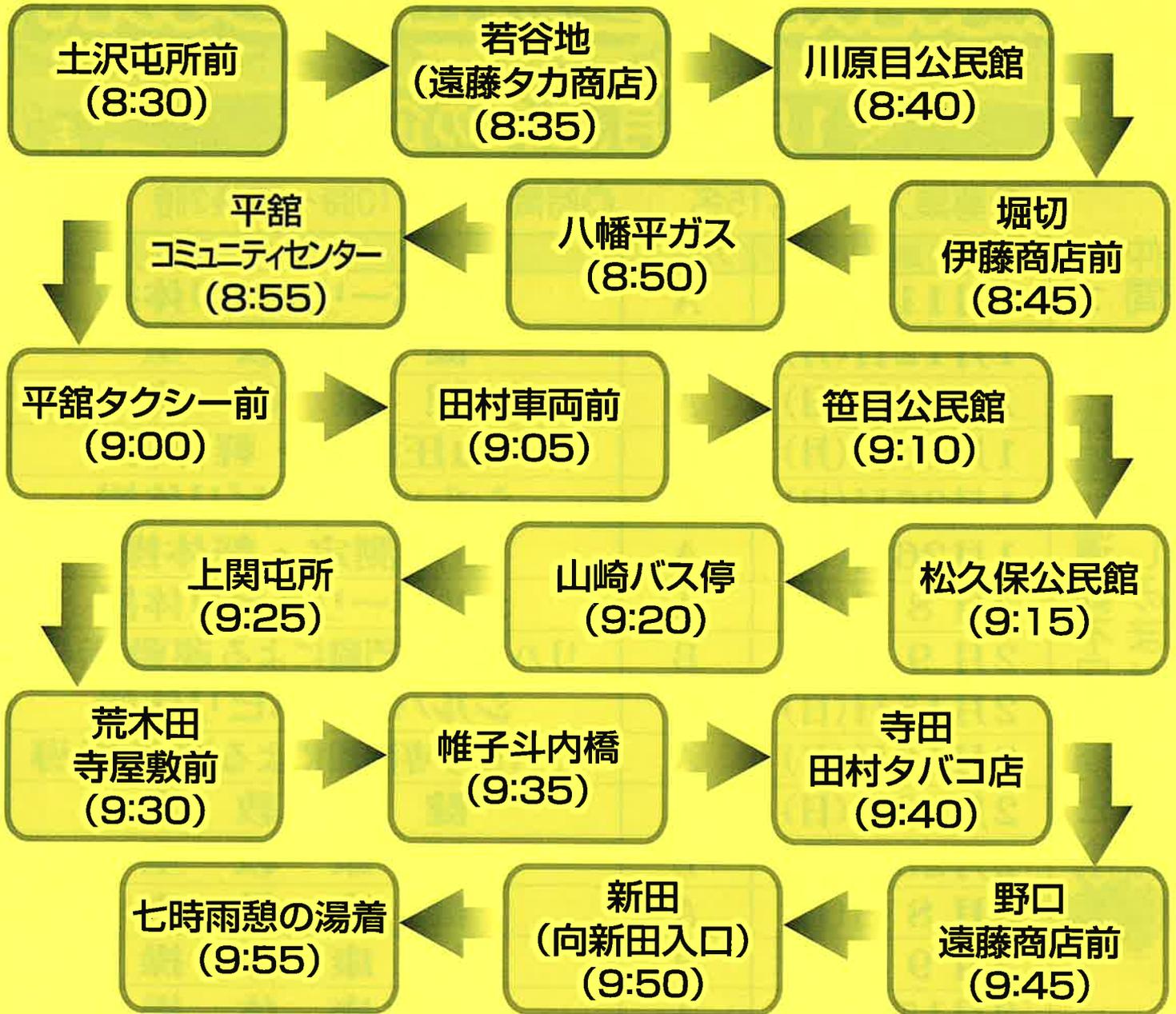
八幡平市西根寺田25-191-1
電話・FAX 77-2573

健康教室は介護保険の地域支援事業費を充当して開催するものです。

七時雨憩の湯健康教室バス運行表

★下記に停車します。

※内容がグラウンドゴルフの日はバス運行時刻が変更となります。詳細はお申し込み後別途御連絡致します。



《 申 込 書 》

※ このままFAXでお申し込みください FAX番号：77-2573

お 名 前：

ご 住 所：

お 電 話 番 号：

バス利用・乗車場所：