

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/ 10(土) 14(水) 16(金) 17(土) 22(木)

申込期間
12/25(木)~

2月/ 5(木) 7(土) 18(水) 20(金) 21(土) 26(木)

申込期間
1/25(日)~

3月/ 5(木) 7(土) 11(水) 13(金) 14(土)

申込期間
2/25(水)~

● ヨガコース



講師：日本ヨガ学会会員 池野 芳子
2/5(木) 3/5(木)

● 健康教室

講師：シルリハ八幡平 講師：シルリハ八幡平 講師：レクリエーション協会 講師：シルリハ八幡平
1/14(水) 2/18(水) 2/26(木) 3/11(水)

● レクリエーションコース

講師：レクリエーション協会
1/10(土) 1/16(金) 1/17(土)
2/7(土) 2/20(金) 2/21(土)
3/7(土) 3/13(金) 3/14(土)

※1月22日(木)
リハビリ専門職による運動指導



時間：午前10時30分～午後2時30分

電話での申込制です! **各** 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。)
- ★バスご利用の方は、送りが午後2時30分となります。
- ※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)
- ※その他：バスで無料送迎いたします。

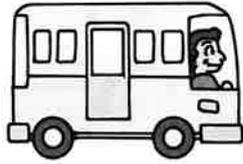
問い合わせ

綿帽子温泉館

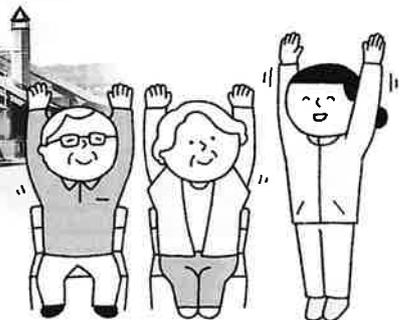
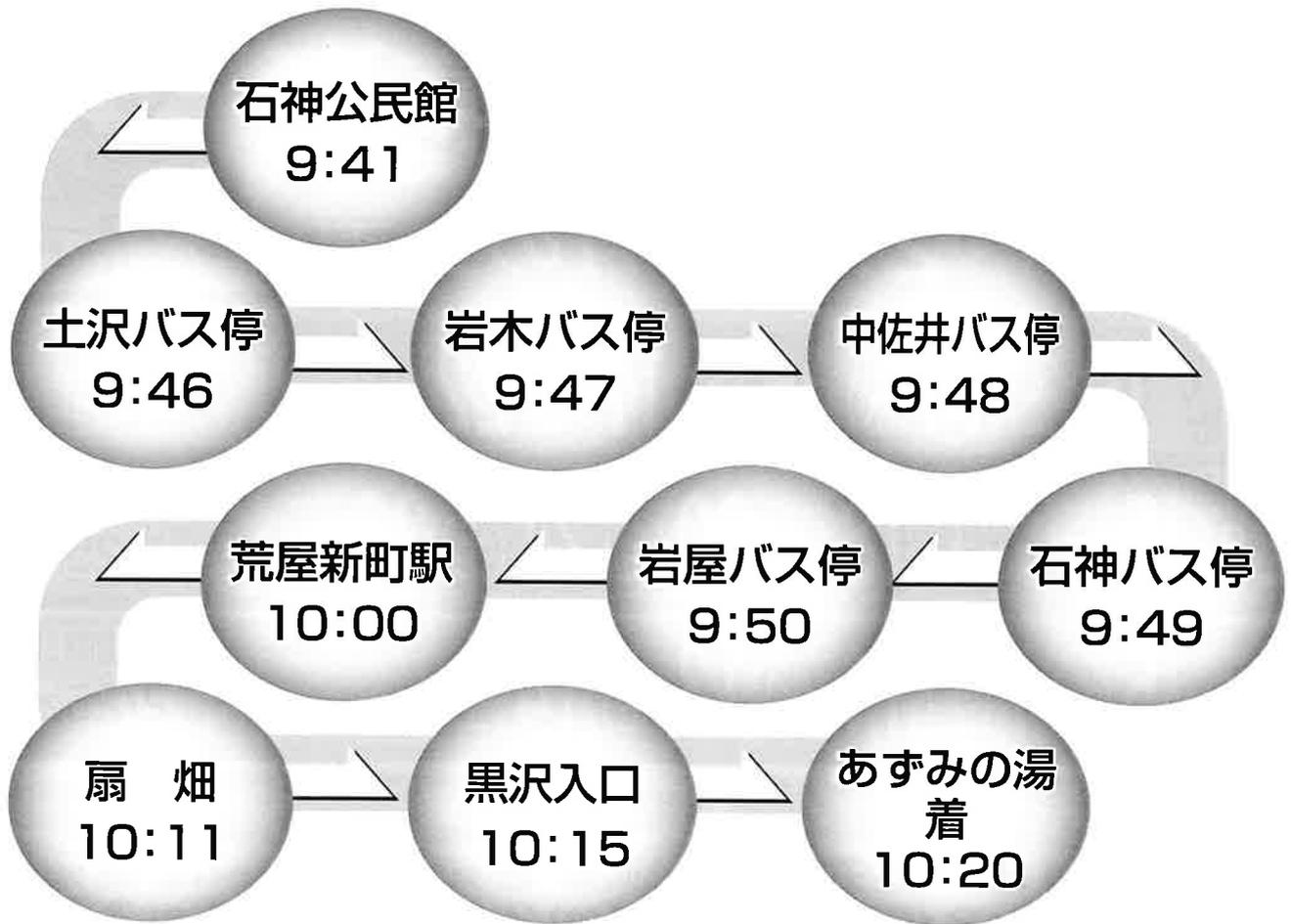
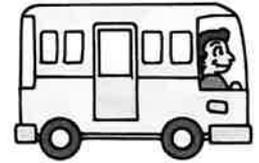
あずみの湯

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。