

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



10月・11月・12月の企画

10月/ 2(木)4(土)8(水)11(土)17(金)23(木)

申込期間
9/25(木)～

11月/ 1(土)6(木)12(水)15(土)21(金)27(木)

申込期間
10/25(土)～

12月/ 4(木)6(土)10(水)13(土)19(金)25(木)

申込期間
11/25(火)～

※10月23日(木)体力測定 ※12月25日(木)リハビリ専門職による体力測定結果返却・個別指導

●ヨガコース

講師：日本ヨガ学会会員 池野 芳子

10/2(木) 11/6(木) 12/4(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 藤原眞希子

10/8(水) 11/12(水)



●レクリエーションコース

講師：レクリエーション協会

10/4(土) 10/11(土) 10/17(金)

11/1(土) 11/15(土) 11/21(金) 11/27(木)

12/6(土) 12/13(土) 12/19(金)

●シルバー リハビリ体操



講師：シルリハ八幡平
12/10(水)

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：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

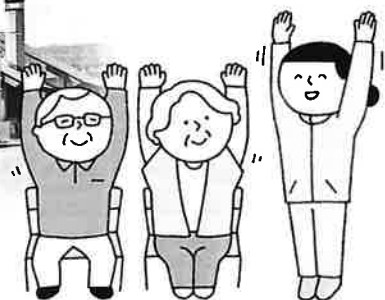
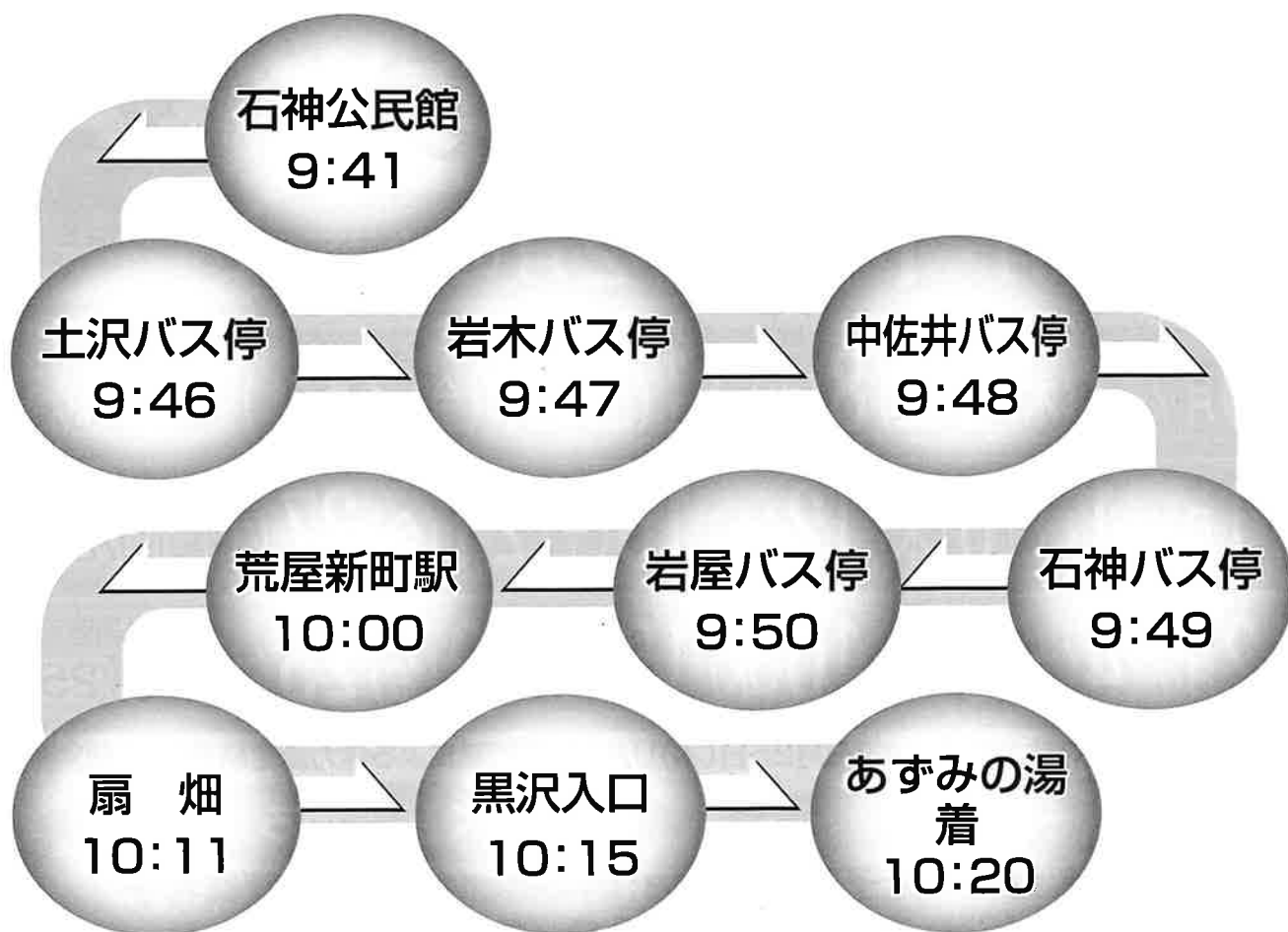
八幡平市細野436-9

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。