

岩手山焼走り国際交流村での 高齢者健康教室(大更・田頭地区) 休止について

岩手山焼走り国際交流村で開催しておりました高齢者健康教室は
施設の臨時休館に伴い令和7年10月21日から休止となっております。
大変、ご迷惑をおかけしております。ご理解の程、よろしくお願いします。

市内では他2か所で高齢者健康教室を開催しています。
対象者：65歳以上の市民



七時雨憩の湯

電話・FAX：77-2573

- ▶開催曜日：日曜日または月曜日
- ※参加者を2つのグループに分けています
人数の少ないグループへの申込になります
- ▶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
- ▶送迎：無料 現在の平舘・寺田地区送迎ルートから
近い場所での乗降になります

綿帽子温泉館あずみの湯

電話：72-6811

- ▶開催曜日：火曜日
- ※松尾地区対象の曜日への申込になります
- ▶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：実費（各自お好きなメニューから）
- ▶送迎：無料 現在の松尾地区送迎ルートから近い場所
での乗降になります。

★申し込み…各施設にご連絡ください。

ご不明な点等ございましたら、担当までご連絡ください



裏面 高齢者健康教室について

八幡平市福祉部地域福祉課 包括支援センター係

☎74-2111（内線：1104） 担当：畠山

高齢者健康教室とは・・・

温泉施設を活用して、軽体操や軽スポーツなどの運動を行い、また、他者との交流や活動による心身機能の維持・向上を図り、自立した生活を送ることができるよう教室を開催しています。

対象	65 歳以上の市民
開催場所	▶七時雨憩の湯 ▶綿帽子温泉館あずみの湯
内容	▶体操、ヨガ、グラウンドゴルフ、フラダンス、民謡踊りなど ▶ リハビリテーション専門職による運動指導を年3回実施しています。また、体力測定と測定結果を踏まえた個別指導を年1回実施しています。

