

◆◆◆ 松尾地区のみなさんへ ◆◆◆ **回覧**

あずみの湯健康教室



参加者募集



ちよつとの体操で
運動不足解消

10月・11月・12月の企画

お湯っこでリフレッシュコース

10月/3(土) 6(火) 16(金) 20(火) 27(火)

申込期間
9/25(金)～

11月/7(土) 10(火) 17(火) 20(金) 24(火)

申込期間
10/25(日)～

12月/1(火) 5(土) 8(火) 15(火) 18(金) 22(火)

申込期間
11/25(水)～

※11月17日(火) 体力測定 ※12月15日(火) リハビリ専門職による体力測定結果返却・個別指導

★けんこう機器コーナー

★ゆっくり遊具コーナー

無理なく身体を動かし心身と共にリフレッシュしましょう

10月/3(土) 16(金) 11月/7(土) 20(金)

12月/5(土) 18(金) は西根地区も対象、送迎します。

●レクリエーションコース
講師：八幡平市レクリエーション協会

※送迎コースは裏面をご覧ください。

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・食事代は別途がかかります) ※会場：綿帽子温泉館 あずみの湯
★バスご利用の方は、送りが午後2時30分となります。 ※対象者：65歳以上の方(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

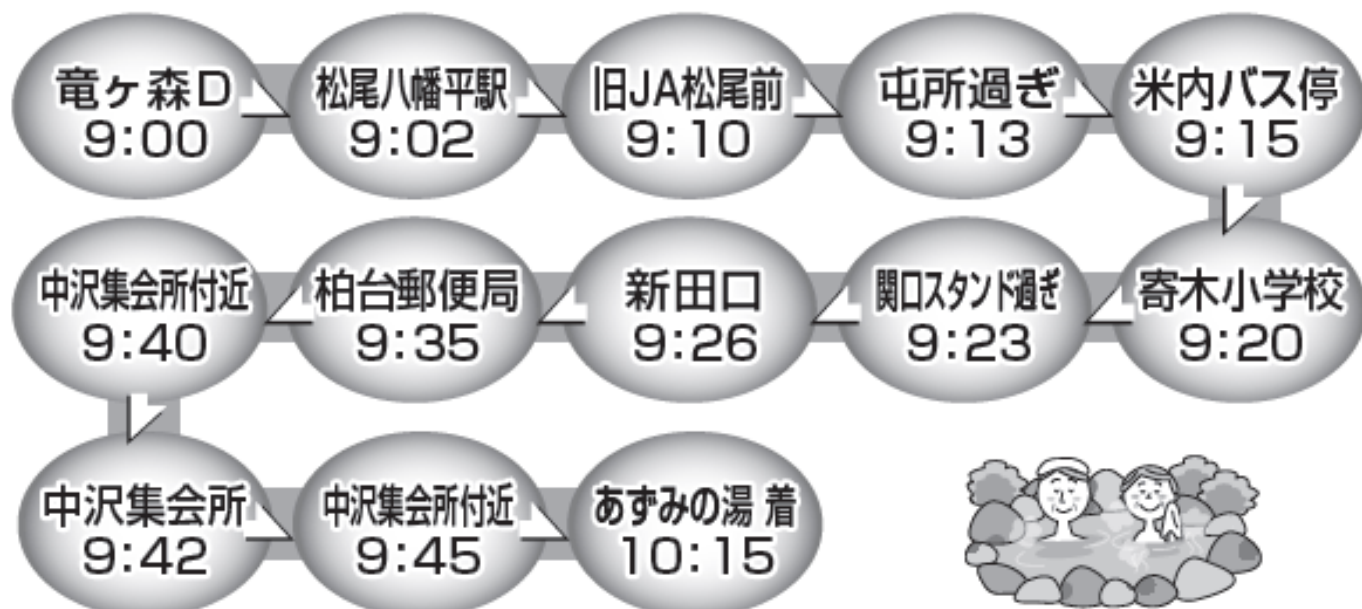
※健康教室は、介護保険の地域支援事業費を充当し、八幡平市から委託を受けて開催するものです。

松尾地区の皆さんへ

あずみの湯のバスが無料送迎いたします。



あずみの湯 バス運行表



10月/3(土) 16(金) 11月/7(土) 20(金) 12月/5(土) 18(金) は西根地区も対象、送迎します。



帰りの時間は、あずみの湯 午後2時30分となります。

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。