

# みんなで元気になりましょう！！

## 中山温泉ナスパル



# からだ元気塾

こんな方におすすめです！！

健康のため、生きがいづくりのために一緒に楽しく体を動かしませんか？

簡単な運動ですので、どなたでも気軽にご参加いただけます。  
お問い合わせ、お申込みお待ちしております！！

教室の様子です。



全員で輪になって  
首の体操！



二人一組になって脳の体操です！



笑顔いっぱいの健康塾です！

日時： 隔週木曜日 14:00～15:00

場所： 中山温泉 生活想像館 会議室

参加料：1回あたり 500円（入浴券付）

\*お問い合わせ\*

(中山温泉ナスパル)  
大山町赤坂708

# 0858-49-3330