



かいごよぼう
介護予防のための
うんどう
わくわく運動&茶サロン

ちゅうごくきこくしゃ みな
中国帰国者の皆さん、



のう からだ すこ
脳も身体も健やかにするため

かいごよぼう
介護予防のラダーウォーキング

さんか
に参加しませんか!



日 時 ☆ 2020年1月22日(水) 13:00~15:00

こう じ 師 ☆ たけだ けんじ し ほっかいがくえんだいがく めいよきょうじゅ
講 師 ☆ 竹田 憲司氏 (北海学園大学 名誉教授)

かい じょう 場 ☆ しえいじゅうたく まえだ じょうしゅうかいじょ
会 場 ☆ 市営住宅 前田7条集会所 (手稲区前田7条 12丁目)

さんかたいしょう さんか ☆ ていねくきょじゅう ちゅうごくきこくしゃ
参加対象 ☆ 手稲区居住の 中国帰国者 他

ようい しょう 用意するもの ☆ うんどう ふくそう くつ あせふ のみず
用意するもの ☆ 運動しやすい服装と靴、汗拭きタオル、飲み水



主 催 : 認定NPO法人 シーズネット

後 援 : 前田地区社会福祉協議会

お問合せ先 : 北海道中国帰国者支援・交流センター 担当者 : 青 山

電話 252-3411 FAX 252-3412

認定NPO法人シーズネット 担当者 : 青 木

電話 090-6264-9387



この事業は、中国帰国者支援・交流センターの委託事業です。

