



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 からふときこくしゃ みな  
中国・樺太帰国者の皆さん、



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2月16日(日) 10:00~12:00

こう じ 師 ☆ 竹田 憲司氏 (北海学園大学 名誉教授)

かい じょう 会 場 ☆ もみじ台管理センター (厚別区もみじ台北7丁目1-1) 2階 大会議室

さんかたいしょう 参加対象 ☆ 厚別区居住の 中国・樺太等帰国者 他

ようい 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：もみじ台地区 民生・児童委員会 もみじ台地区社会福祉協議会

協力：日興美装工業(株) (もみじ台管理センター管理運営者)

厚別区介護予防センター(もみじ台)・厚別区第1地域包括支援センター

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

もみじ台管理センター 担当者：金子・米澤

電話 897-7431 FAX 897-7511



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。

