



# 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!



※<sup>しんがた</sup>新型コロナウイルスの<sup>かんせんかくだいじょうきょう</sup>感染拡大状況により、<sup>きょう</sup>急ぎ<sup>かいさい</sup>開催を中止<sup>ちゅうし</sup>させていただくこともあります。

日 時 ☆ 2021年3月21日(日) 10:00~12:00

講 師 ☆ <sup>たけだ けんじ し</sup>竹田 憲司氏 (北海学園大学 <sup>めいよきょうじゅ</sup>名誉教授)

会 場 ☆ <sup>だいかんりせんたー</sup>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

参加対象 ☆ <sup>あつべつくまじゅう</sup>厚別区居住の <sup>ちゅうごく からふととうきこくしゃ</sup>中国・樺太等帰国者 他

用意するもの ☆ <sup>ますく</sup>マスク、<sup>うんどう</sup>運動しやすい<sup>ふくそう</sup>服装と靴、<sup>あせふ</sup>汗拭きタオル、<sup>のみず</sup>飲み水



主催：認定NPO法人 シースネット

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。

