



かいごよぼう  
介護予防のための

10月から再開！

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>かんせんかくたいじょうきょう</sup>感染拡大状況により、<sup>きゅう</sup>急ぎ<sup>かいさい</sup>開催を<sup>ちゅうし</sup>中止させていただくこともあります。

日 時 ☆ 2021年12月15日(水) 13:00~15:00

講 師 ☆ <sup>たけだ けんじ</sup>竹田 憲司氏 ( <sup>ほっかいがくえんだいがく</sup>北海道学園大学 <sup>めいよきょうじゅ</sup>名誉教授 )

会 場 ☆ <sup>しえいじゅうたく</sup>市営住宅 <sup>まえだ じゅうしゅうかいじょ</sup>前田7条集会所 ( <sup>ていねくきょじゅう</sup>手稲区前田7条 12丁目 )

参加対象 ☆ <sup>ていねくきょじゅう</sup>手稲区居住の <sup>ちゅうごくきこくしゃ</sup>中国帰国者 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：鹿野

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。

