



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

日時 ☆ 2024年7月21日(日) 10:00~12:00

かい じょう だい かん り せ ん た -  
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 ☆ あつべつ ぐま じゅう ちゅう ぐく からふ と どう き こく しゃ  
厚別区居住の中国・樺太等帰国者 他

よう い  
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>くつ</sup>汗拭き<sup>あせ ぶ</sup>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 : 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 : 安池

電話 252-3411 FAX 252-3412

もみじ台管理センター 担当者 : 金子

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。

