



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!



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

日 時 ☆ 2025 年 1 月 14 日(火) 13:00~15:00

かい じょう ☆ 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 ☆ 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 ☆ ^{ますく}マスク、^{うんどう}運動しやすい^{ふくそう}服装と靴、^{あせふ}汗拭きタオル、^{のみず}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 : 安 池

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。

