



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 ☆ 2026年4月21日(火) 13:00~15:00

かい じょう 会 場 ☆ しえいじゅうたく まえだ じょうしゅうかいじょ
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 参加対象 ☆ ていねくきょじゅう ちゅうごくきこくしゃ
手稲区居住の 中国帰国者 他

ようい 用意するもの ☆ ^{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：小原

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。

