



かいごよぼう
介護予防のための
うんどう
わくわく運動&茶沙龙

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}開催を中止させていただくこともあります。

日 時 ☆ 2026年9月13日(日) 10:00~12:00

かい じょう だいかんりせんだー
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 ☆ あつべつくまじゅう ちゅうごく からふととうきこくしゃ
厚別区居住の 中国・樺太等帰国者 他

ようい
用意するもの ☆ ^{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 : 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 : 小 原

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。

