

ねん へい せい ねん
2016年(平成28年)

こうりゅうじぎょう ぶん か かつ どうきょうしつ
交流事業 文化活動教室

さん か しゃ ぼ しゅう

参加者募集

たいきよくけん

・太極拳

うた

・みんなで歌おう

え て が み き ょ う し つ

・絵手紙教室

けんこううんどうきょうしつ

・健康運動教室

さん か き ぼう かた もう し こ み よ う し き に ゅ う
参加希望の方は、申込用紙に記入のうえ、3月14日
までに申し込んでください。

※ いままで参加している人も、申し込んでください

※ てい い ん たつ ぼ あい いっせい かた さ い い じ ょ う かた ゅ う せん
定員に達した場合は、一世の方と60歳以上の方を優先いたします。

北海道中国帰国者支援・交流センター

札幌市中央区北2条西7丁目1番地 かでる2・7 3階

電話 011-252-3411

FAX 011-252-3412

ぶんかかつどう
文化活動

たいきょくけん
① 太極拳

ゆっくりと^{からだ うご}体を動かして、^{こころ からだ けんこう いじ}心と体の健康を維持します。



まいしゅうどようび
毎週土曜日

10:00~12:00

てい いん めい
定員：25名

えてがみ
② 絵手紙

絵手紙^{えてがみ おく あいて おも う}を送る相手を思い浮かべ、はがき^{え もじ じゆう か}に絵と文字を自由に描きます。
自分の趣味^{じぶん しゅみ}を見つけませんか。 (4月からは午前^{ごぜん}にかわります)

つき かい すいようび
月2回 水曜日

10:00~12:00

てい いん めい
定員：15名



うた
③ みんなで歌おう

たの 楽しく^{うた}歌ってストレスを^{はっさん けんこう たも}発散。健康を保ちながら日本語にも^{にほんご}親しめます。^{した}

つき かい もくようび
月2回 木曜日

10:00~12:00

てい いん めい
定員：15名



④

健康運動教室

転倒防止、筋力維持、腰痛・膝痛予防を目的に家庭で出来る簡単な運動を、楽しく音楽に合わせて行います。



つき かい か よ う び きんようび
月 1 回 火曜日または金曜日

10:45~11:45

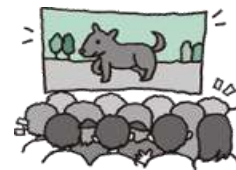
てい いん めい
定員：40名

ほかにも、いろいろな交流活動を予定しています。

日程が決まりましたら、その都度ご案内を送ります。どうぞお楽しみに！！

《DVD上映会》

みんなで一緒に、動画を楽しみます。



《交流研修バスツアー》

①「見学・体験バスツアー」 1、2、3世対象

②「交流研修旅行」(道内の温泉に宿泊します) 1世対象

※参加費は自己負担です。



《帰国者文化祭》

日本語教室の学習発表会に合わせて、帰国者文化祭を開催します。ステージで踊りや歌を発表したり、作品の展示などで中国文化や、ロシア文化を知ってもらいましょう。



《樺太帰国者交流パーティ》《中国帰国者新年交流会》

年に一度、恒例の交流会も開催します。

ちゅうごくきこくしゃしんねんこうりゅうかい

もうしこみようし
申込用紙

しめきり
締切 3月14日

きりとり

さんか こうぎ まる
参加したい講座に「○」
をつけてください

① <small>たいきよくけん</small> 太極拳	
② <small>え て が み</small> 絵手紙	
③ <small>うた</small> みんなで歌おう	
④ <small>けんこううんどうきょうしつ</small> 健康運動教室	

ふりがな			
な まえ 名 前		ねんれい 年齢	さい 歳
つづき がら 続 柄 (帰国者本人 との関係)	ほんにん 本人(名前) ほんにん はいぐうしゃ にせい にせい はいぐう 本人の配偶者・二世・二世の配偶 しゃ さんせい さんせい はいぐうしゃ 者・三世・三世の配偶者	せいべつ 性別	おとこ おんな 男 ・ 女
じゅう しょ 住 所	〒		
でん わ 電 話	()	—	
けいたいでん わ 携帯電話	()	—	
ふあつくす F A X	()	—	