

チャリティクリスマスパーティのご案内

今年も難病連主催のクリスマスパーティを行います。内容は、北海道大学交響楽団の弦楽四重奏、札幌コダーイ合唱団のコーラス、食事と飲み物(アルコール類あり)です。アップル会(札幌地区)の忘年会も兼ねていますので、たくさんのご参加お待ちしております。別送の「なんれん臨時号」もご覧ください。



日時:12月20日(日)午後2時~午後4時

場所:札幌サンプラザ2階金枝の間(北区北24条西5丁目)

会費:大人 3,500円、小学生 1,500円、幼児 800円

(会員の方にはアップル会より1,000円補助あります)

申込み先:杉山()

申込み締切:11月26日(木)まで



アップル会(札幌地区)新年会のお知らせ

日にち・場所は未定ですが、今年も新年会を予定しています。詳細が決まり次第お知らせします。

お正月飾りの販売

北海道難病連ではお正月飾りの販売にも取り組んでいます。毎年たくさんの方にご協力いただきました。ご協力いただいた収益は、相談事業や療養指導のためのパンフレット、機関紙発行、医療講演会などの活動に使われます。もちろん、膠原病友の会取り扱い分については、部会への還元もあります。部会への還元金はH19は2,948円、H20は788円でした。商品の値段は決して安いというわけではありませんが、資金作りの一環ということを考えてご協力よろしくお願いします。注文・問合せは北海道難病連(011-512-3233)までお願いします。なお、注文の締切は12月11日となっております。

*** 3B体操でリフレッシュしましょう ***

3B体操とは、Ball(ボール)、Bell(ベル)、Belter(ベルター)の用具を運動の助けとして使用しながら、音楽に合わせて集団で楽しく行う健康体操です。0歳から100歳までの幅広い年齢層の方々が対象で、遊び感覚でさまざまな運動が楽しめます。講師の佐藤さんも赤ちゃんから高齢者まで幅広く指導されています。誰でもできる簡単で楽しい体操です。一緒に体験しましょう。

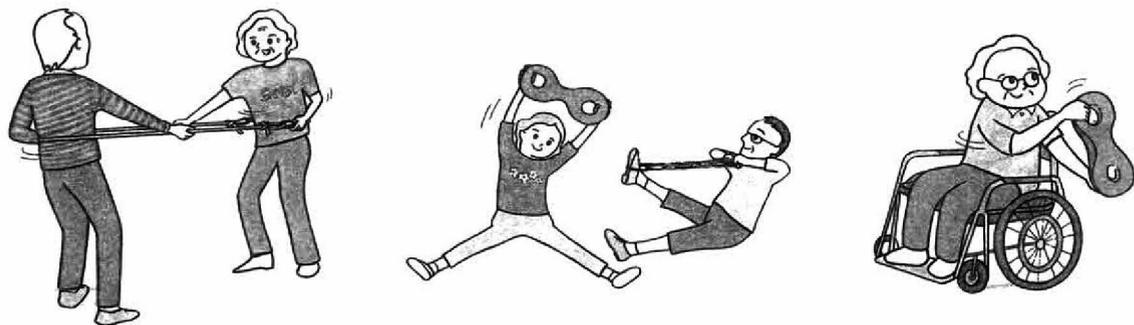
日時:11月20日(金)午前10時30分

場所:北海道難病センター

講師:(社)日本3B体操協会 指導士 佐藤ひとみさん

参加費:無料

申し込みは不要です。当日は動きやすい服装で、直接お越しください。
お問合せは埋田()までお願いします。



*** 膠原病サロン ***

7月からはじまった月1回(第2木曜日)のサロンです。おかげさまで毎回10名ほどの会員さんが集まります。知らない人ばかりで行きづらいと思ってる方もいらっしゃると思いますが、誰でも最初の1回はありますので、ご心配なく。これからのサロンは下記の通り開催します。いずれも、会場は北海道難病センター、時間は10時から16時まで。ご都合のいい時間にお越しください。出入り自由です。参加費は会員は無料、一般は100円です。

2009年 11月12日(木)、12月10日(木)

2010年 1月14日(木)、2月11日(木・祝日)、3月11日(木)

~~~~~  
全国膠原病友の会北海道支部

<編集人>

編集責任者 杉山 喜美子

〒064-8506 札幌市中央区南4条西10丁目

北海道難病センター内 TEL.011(512)3233

<発行人> 北海道身体障害者団体定期刊行物協会

細川 久美子

〒063-0868 札幌市西区八軒8条東5丁目4-18

TEL.011(736)1724

昭和48年1月13日第3種郵便物認可 HSK通巻452号 100円

いちばんぼし臨時号 平成21年11月10日発行(毎月1回10日発行)

~~~~~