

# 山形市避難者交流支援センターより お知らせ No. 263

## 福島県高校受験情報

## 福島県高校受験をお考えの方へ

山形市避難者交流支援センターは、ビーンズふくしまと協力し福島県内の高校受験の情報を提供しております。福島県内の高校の情報（県立、私立）、受験までの取り組みなど欲しい情報、ご質問があればご連絡ください。

また、ご要望があれば、個別相談会も開催いたします。（※新型コロナウイルス感染状況により開催日を調整することになります。）

福島県内の高校の情報、受験までの取り組み、他相談は下記までご連絡ください。

非営利活動法人 ビーンズふくしま  
ふくしま子ども支援センター 担当 三浦 恵美里さん  
080-4954-9508



## 料理・イベント

## くるみゆべし作り

年末年始のご挨拶のお土産や、お茶請けに喜ばれます！



- ☆ 開催日 12月5日(日)
- ☆ 場所 山形市総合スポーツセンター3階 第3会議室
- ☆ 費用 材料費410円
- ☆ 対象 避難中の方
- ☆ 持ち物 木べら、耐熱ボウル（ラメどんぶりでも可）、トレー
- ☆ 定員 6名、各時間ごと先着2名  
11:00～2名、13:30～2名、14:30～2名
- ☆ 申込み 山形市避難者交流支援センター  
☎023-625-2185

## 健康・イベント

## 痛みとのつきあい方

腰痛、膝痛を経験から考える



生活運動機能面等で不安のある方は、この機会に理学療法士の先生にご相談ください。ソーシャルディスタンスに配慮し、大会議室で開催します。

- ☆ 開催日 11月30日(火)
- ☆ 時間 ① 午後1時30分～午後3時30分 <腰痛、膝痛講座>  
個人的な相談の無い方は午後3時30分で終了  
② 午後3時30分～午後4時30分 <個人的相談（質疑応答）>  
生活運動機能面等で不安のある方は、この機会に理学療法士の先生へご相談下さい。
- ☆ 場所 山形市総合スポーツセンター3階 大会議室
- ☆ 講師 理学療法士 東海林 崇弘 先生
- ☆ 参加費 無料
- ☆ 対象 避難中の方
- ☆ 申し込み 当日参加も大歓迎です。山形市避難者交流支援センター ☎023-625-2185

