

ポーラスター概要

『誰もが自分の人生の主役として、住み慣れた場所で、最期までイキイキと心地よく暮らすことができる ゆるやかな つながりづくり』をコンセプトに、2022年1月に設立した、中原区小杉地区を中心に活動しているグループです。

● 主な活動

中原区役所の芝生広場を利用し、予約不要・出入り自由に参加できる、敷居の低いラジオ体操やフレイル予防・認知症予防などの座談会や講座を開催しています。

● つながる・つなげる

ラジオ体操や座談会の場では、お困りごとの相談や地域の集いの場の情報交換を行っています。

みなさまからの相談の内容に応じて、各専門機関（行政・地域包括支援センター等）、趣味のサークルや地域活動グループにおつながりしています。

芝生広場は、誰でも気軽に立ち寄れるところです。ラジオ体操をしても、しなくても、「ここに来るだけで元気になれる」そんな居場所づくりを目指しています。

たまには午前中の太陽の光を浴びにいらっしゃいませんか？



代表
ラジオじん
宇賀神はな子

ラジオ体操

毎週火曜日、金曜日 10:00～

中原区役所 芝生広場

（花壇の奥にあります）

祝日休日/雨天時/年末年始はお休みです。

予約は不要で、途中からの参加や退出は自由にできます。



お問い合わせ

メールアドレス

hello.polarstar258@gmail.com

電話番号

080-7826-7519

Webサイト

<https://polarstar-web-1.jimdosite.com>

Webサイトはこちら



今日も、会いたい人がいる。
ポーラスター

