

オレンジガーデニング サポーター

～植物を育てて自分も元気になろう！～

一緒に植物の手入れや水やり、ラジオ体操を行って、
元気な身体と仲間をつくりましょう！
認知症があってもなくても、通い続けられる場所です。



夏はみんなでゴーヤを育てます



正面玄関が華やかです



水やり前にラジオ体操を行います

◆ 日 時 毎週水曜日

午前9時30分～10時30分 ※雨天中止

◆ 場 所 市役所正面玄関

◆ 対 象 おおむね65歳以上の方
認知症のある65歳未満の方
※付き添いが必要な方は要相談



◆ 持ち物 動きやすい服装、飲み物、タオル

◆ その他 スマートフォンをお持ちの方は、
LINEを活用した連絡方法の説明があります。

申込・問い合わせ先

武蔵野市 高齢者支援課 相談支援係

☎:0422-60-1846 FAX:0422-51-9218

