

2025 年

かるがも通信



3月前半号



《明治地区 地域ささえあいセンター かるがも》

【運営】 社会福祉法人いきいき福祉会

【所在地】 藤沢市城南4-9-8 城東ビル1階 ラポール城南

【Tel】 070-1432-0952 【担当】市村、功刀（くぬぎ）

【e-mail】 sasaeai-karugamo@rapport.or.jp

メルシャンワイン隣 「羽鳥中学校入口」信号近く神奈中バス「羽鳥」バス停下車すぐ



介護技術講習会

日時：2025年3月31日（月）14:00～15:30

テーマ：「嚥下（飲み込み）と誤嚥」

講師：ラポール城南訪問介護の介護福祉士

対象：ご自宅で介護
している方、介護に備え
たい方など。どなたでも
ご参加いただけます。

📞お申し込みは
かるがもまで



スマホケータイ教室

（毎週第3金曜日 10時～12時）

藤沢市デジタル推進室よりご紹介いただいた
ボランティア講師に皆さんの教えて欲しいこと
を個別に聞いたり、相談したりすることができ
ます。3月21日（金）①10:00～②11:00

※予約制 お申し込みはかるがもまで



高校生までのお子
さんがいるひとり親世帯へ食糧支援活動を行って
います。毎月第1木曜日 ※お申し込みはお電話で

3月1日ささえあいセンターかるがもが地域の皆様に
支えられ、10周年を迎えた感謝の気持ちを込めて「か
るがもフェスタ」を開催しました。手芸サークルの皆様
の手芸品にエール湘南さんの焼き菓子、辻堂プルクワ
のパンにかるがも駄菓子やさん、JA わいわい市のメダ
カすくいや苗木の販売也大盛況でした！ご来場いた
だいた皆様ありがとうございました。

これからもかるがもをもよろしく願い致します。



かるがも駄
菓子屋
一日店長
大活躍でし
た。



特別養護老人ホームの入居者さんもお
買い物を楽しんでいらっしゃいました。



JA わいわい市メダカやさんのメダカすく
いは大人気でした。3月22日みんなの
いばしょ・こがも食堂にメダカの移動水
族館がやってきます！

明治地区地域ささえあいセンターかるがも

2024年度 行事カレンダー

(開所時間：9:30～17:30)

3月

【新型コロナウイルス感染症拡大防止のために】

来所される際は、必ず検温、マスクの着用、手洗いの実施をお願いします。

また、連絡先を把握する為に名簿の作成にご協力ください。

発熱、咳など風邪症状のある方はご遠慮ください。

藤沢市 地域の緑創

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
AM						
PM					かるがも10周年記念フェスタ 10:00～14:00	お休み
	3 城神社体操 月曜日 9:30 スズバース	パンの日 5 柏山公園体操 水曜日 9:30 スズバース	6 スズバース	食 堂 7 駒形公園体操 金曜日 10時 スズバース	8 スズバース	9
AM	からだ動かし隊 10:00-11:00 (体操&脳トレ)	いきいき体操会 10:00-11:00	ヨガサークルB 10:00～11:00	読書ゆりの会 10:00-11:30	みんなのいばしよ 10:00～16:30 ★こがも食堂 11:30～13:30 アトリエ花 絵画教室 10:30～12:30	お休み
PM	ゆるゆる パソコン教室 14:00～16:00	オカリナサークル ハナミズキ 13:30-15:30	フードバンドリー 17:00～19:00	555ラビット2323 歌の会 13:30～15:30		
	10 城神社体操 月曜日 9:30 スズバース	パンの日 12 柏山公園体操 水曜日 9:30 スズバース	13 スズバース	食 堂 14 駒形公園体操 金曜日 10時 スズバース	15	16
AM	からだ動かし隊 10:00-11:00 (体操&脳トレ)	いいき体操会 10:00-11:00	ヨガサークルA 10:00～11:00 キー作り	手芸アマリリス 10:00～12:00	お休み	お休み
PM	ゆるゆる自由時間 14:00～16:00	手芸の時間 13:30～15:30	子ども書道教室 16:00～17:30			
	17 城神社体操 月曜日 9:30 スズバース	パンの日 19 柏山公園体操 水曜日 9:30 スズバース	20 スズバース	食 堂 21 駒形公園体操 金曜日 10時 スズバース	22	23
AM	からだ動かし隊 10:00-11:00 フレイルチェッコ	書道サークル 野の原 1部 9:30-10:30 2部 10:40-11:40	お休みの日 香分の日	スマホケーターダイニング 10:00～12:00	みんなのいばしよ 10:00～16:30 ★こがも食堂 11:30～13:30	お休み
PM	ハーモニカ演奏会 辻野ハモニカクラブ 14:00～15:00	オカリナサークル ハナミズキ 13:30-15:30		会議利用		
	24 城神社体操 月曜日 9:30 スズバース	パンの日 26 柏山公園体操 水曜日 9:30 スズバース	27 スズバース	食 堂 28 駒形公園体操 金曜日 10時 スズバース	29	30
AM	からだ動かし隊 10:00-11:00 (体操&脳トレ)	介護予防 らくらく体操 10:00-11:00	ヨガサークルA 10:00～11:00	手芸アマリリス 10:00～12:00	お休み	お休み
PM	ゆるゆるオーナー 14:00～16:00	手芸の時間 13:30～15:30	子ども書道教室 16:00～17:30	かるがも俳句の会 14:00～16:00		
	31 城神社体操 月曜日 9:30 スズバース					
AM	からだ動かし隊 10:00-11:00 (体操&脳トレ)					
PM	介護者教室 14:00～15:30					