



《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】 sasaei-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



明治小学校2年生のみなさんが「まちたんけん」の授業でかるがもに立ち寄ってくれました

「かるがもって何ですか?」「ここに来たら何をして遊べますか?」など質問がたくさん。また来てくださいね。

かるがも食堂 1月メニュー

毎週金曜日 1食 500円

限定20食 ご予約優先

1/10 とん汁・おにぎり・小鉢

1/17 豚丼・小鉢・みそ汁

1/24 アジフライ・ごはん・みそ汁

1/31 カレーライス・サラダ

全てデザート付き コーヒー110円

毎週火曜日はラーメンの日

毎週水曜日はパンの日

1月11・25日こがも食堂(予約制)



藤沢市の歯科衛生士さんによる「お口と食のワクワク教室」には子ども21名・おとな8名の参加がありました。スタンプラリー形式で遊びながら楽しく学び、歯ブラシのおみやげももらいました。

12月14日のみんなのいばしょ・こがも食堂には子ども24名おとな7名の参加がありました。ボランティアの皆さんへ子どもたちから「ありがとうございます。おいしかったです。」とお礼の言葉がありました。



スマホ教室

2025年1月のスマホ・ケータイ教室は1月17日(金)に開催します。

(毎月第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。※予約制 お申し込みはかるがもまで

明治地区地域ささえあいセンターかるがも

2025年行事カレンダー
(開所時間: 9:30~17:30)



1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。



月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
AM						
PM		お休み (元日)	お休み	お休み	お休み	お休み
	6	7	8	9	10	11
AM	城神社体操 月曜日 9:30 スズハース	ラーマンの日 スズハース	柏山公園体操 水曜日 9:30 スズハース	ヨガサークルA 10:00~11:00 スズハース	食堂 20食限定 手芸アマリリス 10:00~12:00 スズハース	駒形公園体操 金曜日10時 スズハース
PM	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	囲碁・将棋 健康麻雀 13:30~16:00	いきいき体操会 10:00~11:00	フードバンドリー 17:00~19:00	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
	13	14	15	16	17	18
AM		ラーマンの日 スズハース	柏山公園体操 水曜日 9:30 スズハース	ヨガサークルB 10:00~11:00 子ども書道教室 16:00~17:30	食堂 20食限定 スマホケータイ教室 10:00~12:00	お休み
PM	お休み 成人の日	シャンリン サークル 10:00~11:00	いきいき体操会 10:00~11:00 手芸の時間 13:30~15:30			お休み
	20	21	22	23	24	26
AM	城神社体操 月曜日 9:30 スズハース	ラーマンの日 スズハース	柏山公園体操 水曜日 9:30 スズハース	ヨガサークルA 10:00~11:00	食堂 20食限定 手芸アマリリス 10:00~12:00	駒形公園体操 金曜日10時 スズハース
PM	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	パッチワーク サークル 10:00~12:00	書道サークル 野の雫 1部 9:30-10:30 2部 10:40-11:40			みんなのいばしよ 10:00~16:30 ★こがも食堂 11:30~13:30
	27	28	29	30	31	
AM	城神社体操 月曜日 9:30 スズハース	ラーマンの日 スズハース	柏山公園体操 水曜日 9:30 スズハース	ヨガサークルB 10:00~11:00	食堂 20食限定 駒形公園体操 金曜日10時 スズハース	
PM	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	バスケット 10:00~11:00 歌声サロン 13:30~14:30	介護予防 らくらく体操 10:00~11:00 手芸の時間 13:30~15:30			

ゆるゆるニ就労準備支援事業主催

お問い合わせ 070-1432-0952 (平日)

☐ = 申し込みが必要な活動