



《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



みんなのいばしょ こがも食堂 6月は8日、22日の開催でした。8日は親子丼、22日はカレーライス。みんなで食べるとさらにおいしいようで、たくさんの「おかわり！」の音が聞かれました。次回は7月13日と27日の開催です。



ミニミニ折り鶴

ボランティアさん 大募集

かるがもでは様々な活動にかかわってくださるボランティアさんを募集しています。

- ・こどもの見守り・遊び相手・学習支援など
- ・こがも食堂のキッチン／ホールスタッフ
- ・フードパントリーの食料品仕分け
- ・その他ご自身の得意なことを活かして活動しませんか？年齢問わず。学生さんも大歓迎です。

ご寄附のお願い

- ・ご不要なフェイスタオル
- ・ご家庭で眠っているレゴ・ボードゲームなどのこどもの遊び道具



熱中症にご注意ください

室内でも熱中症になります！

扇風機やエアコンを使用して、室温を適度に下げましょう。就寝時にエアコンを使用しないことで、寝ている間に熱中症になることもあります。室温だけでなく、湿度も40～60%と適切に保つ必要があります。のどが渇く前に、こまめな水分補給／適度な塩分補給／休憩が大切です。

明治地区地域ささえあいセンターかるがも

2024年行事カレンダー
(開所時間: 9:30~17:30)



7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	6
AM	城神社体操 月曜日 9:30 小スペース	城神社体操 月曜日 9:30 大スペース	城神社体操 月曜日 9:30 大スペース	ヨカサークルB 10:00~11:00 大スペース	駒形公園体操 金曜日10時 大スペース	
PM	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 大スペース	いきいき体操会 10:00~11:00 大スペース	読書ゆめの会 10:00~11:30 大スペース	介護教室 14:00~15:00 大スペース	お休み
	8	9	10	11	12	13
AM	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース	囲碁将棋ひろば 13:30~16:00 大スペース	庭プロジェクト 14:00~15:00 小スペース	オカリナサークル ハナミズキ 13:30~15:30 大スペース	555ラビット2323 歌の会 13:30~15:30 大スペース	
PM	ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00 大スペース	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	シャラン サークル 10:00~11:00 大スペース	柿山公園体操 水曜日 9:30 大スペース	手芸アマリス 10:00~12:00 大スペース	お休み
	15	16	17	18	19	20
AM	ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00 大スペース	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 大スペース
PM	ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00 大スペース	
	22	23	24	25	26	27
AM	城神社体操 月曜日 9:30 大スペース	城神社体操 月曜日 9:30 大スペース	城神社体操 月曜日 9:30 大スペース	城神社体操 月曜日 9:30 大スペース	城神社体操 月曜日 9:30 大スペース	城神社体操 月曜日 9:30 大スペース
PM	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)
	29	30	31			
AM	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース
PM	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース	ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00 大スペース

7月のみんなのいばしよ、こがも食堂は
13日と27日です
みんな楽しんでごはんを食べて、遊びましょう!

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