



《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



10月15日～17日 羽鳥中学校の文歌祭にかるがもで活動しているサークルの皆様の作品を展示していただきました。展示作品にご協力いただいたサークルの皆様、作品を綺麗に展示してくださったPTAの皆様はじめ関係者の皆様、本当にありがとうございました。



☆かるがも食堂主催 お料理教室第1弾☆

かんたん♪
**クリスマス
ミニパフェ作り**
参加費ひとり500円

12月6日(土) 10じ～14じ

かるがもってどんなところ？
おしゃべりしながらかんたんなパフェを作ったり、ハンドベルをならしてあそぼう！

☆おいしいランチ付き

☆小学生以上はこどものみの参加OK！もちろん親子でもぜひご参加ください！

☆未就学児は保護者が必要同伴してください

☆離乳食やアレルギー食はお持ち込みいただけます。(温め対応可)

定員20名

明治地区 地域ささえあいセンター かるがも

連絡先
070-1432-0952

所在地
藤沢市城南4-9-8 城東ビル1階 ラポール城南
神奈中バス【羽鳥】バス停下車すぐ
公共交通機関をご利用ください

ランチメニュー
・クリスマスランチ
・パン
・サラダ
・デザート
・作ったパフェ (予定)

よてい
10:00ミニパフェ作り
11:00ランチ
13:00クリスマスケーキ作り
14:00かいしん
(ランチ後は自由解散です)

クリスマス
おぼん
ろうどくかい

12月のスマホ・ケータイ教室

(毎月第3金曜日 10時～12時)

12月19日(金) ①10時～②11時～

※予約制 お申し込みはかるがもまで



かるがも食堂 12月メニュー

毎週金曜日1食500円 デザート付

5日 カレーライス・サラダ

12日 おでん・茶めし

19日 オムライスプレート

26日 まぜごはん・豚汁・小鉢

食後のコーヒー 110円

★火曜日はラーメンの日・木曜日はカフェ

年末年始のお休みは12月27日(土)～1月4日(日)までとなります。本年もお世話になりました。皆様どうぞ良いお年を！



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)



12月

【新型コロナウイルス等感染症拡大防止のために】
来所される際は、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 城神社体操 月曜日 9:30 小スペース	ラーメンの日2 小スペース	パンの日3 小スペース	4 小スペース	食堂5 20食限定 小スペース	6 大スペース	7 大スペース
からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&筋トレ)	バッチワーク サークル 10:00~12:00	ぬりえサロン 10:00~11:00	ヨガサークルB 10:00~11:00	読書の会 10:00~11:30	クリスマスイベント パフェを作る 10時~14時	お休み
ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00	囲碁・将棋 健康麻雀 13:30~16:00	庭プロジェクト 14:00~15:00	フードパントリー 17:00~19:00	555ラヒット2323 歌の会 13:30~15:30		
8 城神社体操 月曜日 9:30 小スペース	ラーメンの日9 小スペース	パンの日10 小スペース	11 小スペース	食堂12 20食限定 小スペース	13 大スペース	14 大スペース
からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&筋トレ)	ジャンソン サークル 10:00~11:00	いきいき体操会 10:00~11:00	ヨガサークルA 10:00~11:00	手芸アマリス 10:00~12:00	みんなのいばしょ 10:00~16:00 こがも食堂 11:30~13:30 ※アトリエ花	お休み
15 城神社体操 月曜日 9:30 小スペース	ラーメンの日16 小スペース	パンの日17 小スペース	18 小スペース	食堂19 20食限定 小スペース	20 大スペース	21 大スペース
からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&筋トレ)	バスアート 10:00~11:00	書道サークル 野の雫 1部 9:30~10:30 2部 10:40~11:40	ヨガサークルB 10:00~11:00	スマホケータイ教 室 10:00~12:00		お休み
ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00	囲碁・将棋 健康麻雀 13:30~16:00	オカリナサークル ハナミズキ 13:30~15:30	子ども書道教室 16:00~17:30			お休み
22 城神社体操 月曜日 9:30 小スペース	ラーメンの日23 小スペース	パンの日24 小スペース	25 小スペース	食堂26 20食限定 小スペース	27 大スペース	28 大スペース
からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&筋トレ)		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	手芸アマリス 10:00~12:00		お休み
ゆるゆるオーナー 14:00~16:00	歌声サロン 13:30~14:30	手芸の時間 13:30~15:30	会議利用 13:30~15:00	かるがも俳句の会 14:00~16:00		お休み
29 小スペース	30 大スペース	31 小スペース				
お休み	お休み	お休み				

ゆるゆる＝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