



《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



1月12日(日)城(たて)神社にてどんど焼きが行われました。お正月飾りや古いお守りなど、一年間家を守ってくれたものを感謝を込めて燃やしました。木の枝に刺したお団子を焼き、地域の皆さんと無病息災を願っておいしくいただきました。



**「地域で輝くシニアになろう 第21回地域見本市」**  
 にかるがもが出展します。  
 日時:2月15日(土)10時~15時  
 会場;藤沢市役所本庁舎・1F ラウンジ  
 ぜひお立ち寄りください！

**SRG ハーモニー 演奏会**  
 2月14日(金) 13:30~14:30  
 どなたでもご参加いただける楽器の演奏会です！  
 ハーモニカやギターなどのハーモニー(調和)がお楽しみいただけます。

**スマホ・ケータイ教室**  
**(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。  
 2月21日(金) ①10時~②11時~  
 ※予約制 お申し込みはかるがもまで



**サークル活動・教室 参加者募集中！**  
**からだ動かし隊 月曜日 10:00~11:00(参加無料)**  
 前半は身体の体操、後半は頭の体操を行います。  
**いきいき体操会 第1・第2水曜日 10:00~11:00(参加費500円)** インストラクターが優しく・楽しく・丁寧に指導してくれます。椅子に座ってムリなくできる体操です。  
 ★以下はそれぞれ2名程度の募集です。  
**子ども書道教室 第2・第4木曜日 16:00~17:30**  
**書道サークル 野の筆 第3水曜日**  
 ①9:30~10:30 ②10:40~11:40  
 お申し込みはかるがもまで！

**かるがも食堂 2月メニュー**  
 毎週金曜日 (11:30~13:30)  
 1食500円 限定20食(予約優先)  
 2月7日 酢豚・スープ・ごはん  
 2月14日 シチュー・サラダ・パン  
 2月21日 カレーライス・サラダ  
 2月28日 おでん・小鉢  
 全てデザート付き  
 無農薬コーヒー110円

火曜日は **かるがも食堂 ラーメンDAY!!**

**ラーメン (みそ・しょうゆ)** ミニデザート付き **500円 (税込)**

+100円 (税込) **トッピングセット** ゆで卵+メンマ+のり

おにぎり 100円(税込)  
 コーヒー 110円(税込)