2024年

かるがも通信 Rapport 10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

●やすらぎ荘まつり　１０月５日（土）・６日（日）９：００～１４：３０
●羽鳥中学校文化祭　１０月７日（月）～　９日（水）９：００～１１：３０
かるがもサークル活動の皆様の作品が展示されます。
書道（おとな・こども）・パステルアート・パッチワーク・手芸等

●明治ふるさとまつり１０月２６日（土）１０：００～１５：００
お菓子・コーヒー・ジュース販売、作品展示販売、福祉相談
ぜひ、かるがものブースにお立ち寄りください！お待ちしています。

フードバンクふじさわ

ひとり親でお子様を育てているご家庭にご寄付でいただいた食料品などをお渡しする「フードパントリー」をフードバンクふじさわとともに活動しています。毎月第１木曜日 17:00～19:00
お申し込みはかるがもまで

スマホ・ケータイ教室を再開します。
（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。
11月15日（金）①10時～②11時～
※予約制　お申し込みはかるがもまで
締め切りは10月31日

かるがも食堂　ラーメンの日　毎週火曜日　11:30～13:30
かるがもベーカリー(パン販売)毎週水曜日 11:30～売り切れるまで
かるがも食堂　毎週金曜日　11:30～13:30
10月メニュー　１食500円
10月４日　炊き込みご飯･小鉢･冷奴･お吸い物
10月11日　ハッシュドビーフ･サラダ
10月18日　カレーライス･サラダ
10月25日　おにぎり･豚汁･小鉢
全てデザート付き　コーヒー110円
みんなのいばしょこがも食堂　第２･第４土曜日　11:30～13:30
（こども無料･おとな300円以上のご寄付）

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)

10月

【新型コロナウィ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
		ラーメンの日 1	パンの日 2 柏山公園体操 水曜日 9:30	3	食堂 20食限定 4 駒形公園体操 金曜日10時	5	6
		小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース		
AM				いきいき体操会 10:00-11:00	ヨガサークルB 10:00～11:00	お休み	お休み
PM		囲碁・将棋 健康麻雀 13:30～16:00	庭プロジェクト 14:00～15:00	オカリナサークル ハナミズキ 13:30-15:30	フードパントリー 17:00～19：00	ららららビット2323 歌の会 13：30～15：30	
	7 城神社体操 月曜日 9:30	ラーメンの日 8	パンの日 9 柏山公園体操 水曜日 9:30	10	食堂 20食限定 11 駒形公園体操 金曜日10時	12	13
	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	大スペース	
AM				いきいき体操会 10:00-11:00	ヨガサークルA 10:00～11:00	手芸アマリリス 10:00～12:00	読書ゆりの会 10:00-11:30	みんなのいばしょ 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	からだ動かし隊 10:00-11:00 (体操＆脳トレ)	シャンソンサークル 10:00～11:00		手芸の時間 13:30～15:30	子ども書道教室 16:00～17:30				
	14	ラーメンの日 15	パンの日 16 柏山公園体操 水曜日 9:30	17	食堂 20食限定 18 駒形公園体操 金曜日10時2	19	20
	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース		
AM	お休み (スポーツの日)	パッチワークサークル 10:00～12:00		書道サークル 野の筆 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	お休み
PM		囲碁・将棋 健康麻雀 13:30～16:00	庭プロジェクト 14:00～15:00	オカリナサークル ハナミズキ 13:30-15:30		：		
	21 城神社体操 月曜日 9:30	ラーメンの日 22	パンの日 23 柏山公園体操 水曜日 9:30	24	食堂 20食限定 25 駒形公園体操 金曜日10時	26	17
	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	大スペース	
AM	からだ動かし隊 10:00-11:00 (体操＆脳トレ)	パステルアート 10:00～11:00		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	明治ふるさとまつり	お休み
PM	ゆるゆる自由時間 14:00～16:00 / ハーモニカ演奏会 辻堂ハーモニカメイツ 14:00～15:00	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 / 子ども書道教室 16:00～17:30	かるがも俳句の会 14:00～16:00		
	28 城神社体操 月曜日 9:30	ラーメンの日 29	パンの日 30 柏山公園体操 水曜日 9:30	31			
	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース	小スペース / 大スペース			
AM	からだ動かし隊 10:00-11:00 (体操＆脳トレ)						
PM	ゆるゆるオーナー 14:00～16:00			オカリナサークル ハナミズキ 13:30-15:30			

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