



明治地区地域ささえあいセンターかるがも

2026年 行事カレンダー

(開所時間: 9:30～17:30)

8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	2
	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	お休み
PM												
	3 城神社体操 月曜日 9:30		ラーメンの日 4		パンの日 5 柏山公園体操 水曜日 9:30		6		食堂 20食限定 7 駒形公園体操 金曜日 10時		8	9
	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)	パッチワーク サークル 10:00～12:00		ぬりえサロン 10:00～11:00	いきいき体操会 10:00～11:00		ヨガサークルB 10:00～11:00		読書ゆりの会 10:00～11:30	みんなのいばしょ 10:00～16:00 こがも食堂 10:30～12:30 ※アトリエ花	お休み
PM		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		らららラビット2323 歌の会 13:30～15:30			
	10 城神社体操 月曜日 9:30		11		パンの日 12 柏山公園体操 水曜日 9:30		かるがもカフェ 13		食堂 20食限定 14 駒形公園体操 金曜日 10時		15	16
	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		からだ動かし隊 10:00～11:00 (体操&脳トレ)	お休み 山の日		19日分パン 締め切り	いきいき体操会 10:00～11:00	かるがもオレンジ カフェ 11:30～13:30	ヨガサークルA 10:00～11:00			お休み	お休み
PM						手芸の時間 13:30～15:30		子ども書道教室 休み	ゆるゆるボランティア			
	17 城神社体操 月曜日 9:30		ラーメンの日 18		パンの日 19 柏山公園体操 水曜日 9:30		かるがもカフェ 20		食堂 20食限定 21 駒形公園体操 金曜日 10時		22	23
	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)	パッチワーク サークル 10:00～12:00		パステルアート 10:00～11:00	書道サークル 野の華 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		みんなのいばしょ 10:00～16:00 こがも食堂	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							
	24 城神社体操 月曜日 9:30		ラーメンの日 25		パンの日 26 柏山公園体操 水曜日 9:30		27		食堂 20食限定 28 駒形公園体操 金曜日 10時		28	30
	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		からだ動かし隊 10:00～11:00 (体操&脳トレ)				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			お休み	
PM		ゆるゆる 自由時間 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	子ども書道教室 16:00～17:30	ゆるゆるボランティア	かるがも俳句の会 14:00～16:00		
	31 城神社体操 月曜日 9:30											
	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		からだ動かし隊 10:00～11:00 (体操&脳トレ)										
PM												

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