

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)

11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
	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
PM												
	2 城神社体操 月曜日 9:30		3		4 柏山公園体操 水曜日 9:30		5		6 食堂 20食限定		7 駒形公園体操 金曜日 10時	8
	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)	お休み 文化の日		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 10:30~11:30		読書ゆりの会 10:00~11:30	明治市民センター ふるさとまつり	お休み
PM		ゆるゆる パソコン教室 14:00~16:00			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		らららラビット2323 歌の会 13:30~15:30		
	9 城神社体操 月曜日 9:30		ラーメンの日 10		11 柏山公園体操 水曜日 9:30		12 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
	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)	パッチワーク サークル 10:00~12:00	シャンソン サークル 10:00~11:00		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 10:30~11:30	手芸アマリリス 10:00~12:00		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						手芸の時間 13:30~15:30		子ども書道教室 16:00~17:30	ゆるゆるボランティア			
	16 城神社体操 月曜日 9:30		ラーメンの日 17		18 柏山公園体操 水曜日 9:30		19 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
	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 野の筆 1部 9:30~10:30 2部 10:40~11:40		ヨガサークルB 10:30~11:30	スマホケータイ教室 10:00~12:00		お休み	お休み
PM		ゆるゆる 自由時間 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	オカリナサークル ハナミズキ 13:30~15:30				VIVACE演奏会 14:00~15:00		
	23		ラーメンの日 24		25 柏山公園体操 水曜日 9:30		26		27 食堂 20食限定		28 駒形公園体操 金曜日 10時	29
	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	お休み 勤労感謝の日					介護予防 らくらく体操 10:00~11:00		ヨガサークルA 10:30~11:30	手芸アマリリス 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				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		
	30 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		ゆるゆるオーナー 14:00~16:00										

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