

かるがも通信



5月号 (毎月1回発行)

《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



かるがも活動紹介



柏山公園体操 毎週水曜日 9:30~
桜の花に囲まれて



公園体操の後に「モルック」
を楽しんでいます



手芸サークルアマリリス
手芸をしながら楽しくおしゃべり



囲碁・将棋・健康麻雀
春休みには子どもたちも参加して
多世代交流



いきいき体操会
プロの講師が椅子に座ったまま
できる体操を指導します

5月のスマホ・
ケータイ教室

5月15日(金)

①10時~②11時~

※お申し込みは
かるがもまで



かるがも食堂 5月メニュー

毎週金曜日1食500円 デザート付
(限定20食・ご予約できます)

食後のコーヒー 110円

★火曜日はラーメンの日

★木曜日はおにぎりカフェ 14日・21日



5月1日 赤・黄・緑カレー

(お好きなカレーを一つ選べます)

5月8日 鮭ときゅうりのさっぱり混ぜ寿司

5月15日 焼き鳥丼定食

5月22日 ハヤシライス・サラダ

5月29日 八宝菜定食