

2025 年

かるがも通信

Rapport



11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



10月4日・5日に開催された「やすらぎ荘祭り」にサークルの皆様の作品を展示していただきました。ご協力いただきました皆様、ありがとうございました。



塗り絵サロンはじめます！

塗り絵をしながらおしゃべりをしませんか？

11月5日（水）10:00～11:00

主催：安田由里子さん

塗り絵にはストレス解消・リラックス効果・
認知症の予防・改善に効果があるといわれています。

絵本の世界をイメージした人物や風景を下絵にした
やさしい雰囲気の塗り絵は安田さんのオリジナル

です。ぜひご参加お待ちしております。（活動費として材料費等50円～100円程度を予定しています）



かるがも食堂 11月メニュー

毎週金曜日1食500円 デザート付

7日 カレーライス・サラダ

14日 親子丼・みそ汁・小鉢

21日 ナポリタン・サラダ・スープ

28日 煮込みハンバーグプレート

食後のコーヒー 110円

★火曜日はラーメンの日



11月のスマホ・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。

11月21日（金）

①10時～②11時～

※予約制 お申し込みはかるがもまで

