

2025 年

かるがも通信



2月後半号



《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】 sasaiai-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年間の感謝を込めて

かるがもフェスタ

ハンドメイド手芸品の販売
かるがもで活動している手芸サークルの皆様の作品を展示販売いたします

お菓子・パンの販売
おいしいと評判のお店のパン・お菓子を販売します

特製かるがもカレーライス
かるがもカレーをデザートドリンク付きで 500円 イートインコーナーもご用意しています（お持ち帰りもできます）

駄菓子屋さん・メダカすくい
おとなも子どもも大好き 駄菓子屋コーナーもあります メダカすくいやお花・野菜の苗水の販売も予定しています

入場無料

2025年
3月1日土曜日 10:00~14:00

〒251-0057 藤沢市城南4-9-8
ラポール城南

主催：社会福祉法人いきいき福祉会
ささえあいセンター かるがも マサエあいセンター Facebook

介護技術講習会

日時：2025年3月31日（月）14:00~15:30

テーマ：「食事の介助と嚥下（飲み込み）」

講師：ラポール城南訪問介護の介護福祉士

対象：ご自宅で介護している方、介護に備えたい方など。どなたでもご参加いただけます。参加費：無料（お申し込みはかるがもまで）



お雛様の飾りつけを行いました。お手伝いいただいた皆様、ありがとうございました。

かるがも食堂 3月のメニュー

1食500円 限定20食（予約制）

有機コーヒー 110円

毎週金曜日は定食の日 デザート付

3月7日 ハワイアンプレート

3月14日 生姜焼き定食

3月21日 カレーライス・サラダ

3月28日 お花見ちらし寿司

毎週火曜日はラーメンの日 デザート付

※予約は不要

みそラーメン・しょうゆラーメン

トッピング・おにぎりもあります

かるがもカフェのご案内

ささえあいセンターかるがもでは
第2木曜日 13:00~15:00

認知症の人やご家族、地域住民など、どなたでも集えるカフェを開催しています。話をしたり、編み物をしたり、自由にゆったりとした時間をお過ごしいただけます。参加費200円（コーヒー・お菓子付）



明治地区地域ささえあいセンターかるがも
2024年度 行事カレンダー
(開所時間:9:30～17:30)



3月

【新型コロナウイルス感染症拡大防止のために】
来所される際は、必ず換温、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
						1	2
AM							
PM							お休み
	3	ラーメンの日 4	パンの日 5	6	食堂 7	8	9
	城神社体操 月曜日 9:30 大スパス	大スパス	大スパス 9:30 水曜日	大スパス	小スパス 金曜日 10時 大スパス	大スパス	
AM	からだ動かし隊 10:00～11:00 (体操&筋トレ)		いきいき体操会 10:00～11:00	ヨガサークル 10:00～11:00	読書ゆりの会 10:00～11:30	みんなのいばしよ 10:00～16:30 ★こがも食堂	
PM	ゆるめる パソコン教室 14:00～16:00	囲碁・将棋 健康麻雀 13:30～16:00	オカリナサークル ハナミズキ 13:30～15:30	フードバンドリー 17:00～19:00	555ラビット2323 歌の会 13:30～15:30	アトリエ花 絵画教室 10:30～12:30	お休み
	10	ラーメンの日 11	パンの日 12	13	食堂 14	15	16
	城神社体操 月曜日 9:30 大スパス	大スパス	大スパス 9:30 水曜日	大スパス	小スパス 金曜日 10時 大スパス	大スパス	
AM	からだ動かし隊 10:00～11:00 (体操&筋トレ)	ジャンソン サークル 10:00～11:00	いきいき体操会 10:00～11:00	ヨガサークル 10:00～11:00 キー作り	手芸アマリリス 10:00～12:00	お休み	お休み
PM	ゆるめる自由時間 14:00～16:00	マジックショー 15:00～16:00	手芸の時間 13:30～15:30	子ども書道教室 16:00～17:30			
	17	ラーメンの日 18	パンの日 19	20	食堂 21	22	23
	城神社体操 月曜日 9:30 大スパス	大スパス	大スパス 9:30 水曜日	大スパス	小スパス 金曜日 10時 大スパス	大スパス	
AM	からだ動かし隊 10:00～11:00 フレイルチャエック	バッチワーク サークル 10:00～12:00	書道サークル 野の雫 1部 10:30 2部 10:40～11:40	お休みの日 春分の日	スマホケータイ教室 10:00～12:00	みんなのいばしよ 10:00～16:30 ★こがも食堂	お休み
PM	ハーモニカ演奏会 社舞ハーモニカマイツ 14:00～15:00	囲碁・将棋 健康麻雀 13:30～16:00	オカリナサークル ハナミズキ 13:30～15:30		会議利用		
	24	ラーメンの日 25	パンの日 26	27	食堂 28	29	30
	城神社体操 月曜日 9:30 大スパス	大スパス	大スパス 9:30 水曜日	大スパス	小スパス 金曜日 10時 大スパス	大スパス	
AM	からだ動かし隊 10:00～11:00 (体操&筋トレ)	バスデルアート 10:00～11:00	介護予防 らくらく体操 10:00～11:00	ヨガサークル 10:00～11:00	手芸アマリリス 10:00～12:00	お休み	お休み
PM	ゆるめるオーガー 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	かるがも俳句の会 14:00～16:00		
	31						
	城神社体操 月曜日 9:30 大スパス						
AM	からだ動かし隊 10:00～11:00 (体操&筋トレ)						
PM	介護者教室 14:00～15:30						