



《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】 sasaesai-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



第45回 明治地区ふるさとまつりに出店しました。ラポール城南・かるがもでは福祉相談やラポールデイサービス・特別養護老人ホーム・訪問介護など事業所の案内、手芸品・コーヒー・ジュース・生ドーナツ・パンなどの販売を行いました。素敵な手芸品を作製してくださった皆様方、当日スタッフとしてお手伝いをしてくださった皆様方、かるがものブースにお立ち寄りくださいました皆様方、本当にありがとうございました。



たくさんの方が立ち寄りくださいました



地域の皆様と触れ合うことができ、楽しい一日でした



健康を楽しく! 健康づくり

応援団



からだ動かし隊 毎週月曜日 10:00~11:00 メンバー募集中です。

いまより10分多く、からだを動かしてみませんか? ひとりでは続かないことも、仲間と一緒になら、続けられるかもしれません。「からだ動かし隊」は、地域で健康づくりのために仲間と一緒に定期的からだを動かす活動を行っている団体等の登録制度の名称です。体操30分、脳トレやその他さまざまな健康プログラムを30分行っています。お気軽にご参加ください。

スマホ教室



11月のスマホ・ケータイ教室は11月15日(金)に開催します。

(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。

※予約制 お申し込みはかるがもまで

明治地区地域ささえあいセンターかるがも
2024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感染症拡大防止のために】
来所される際は、必ず検温、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
AM				食堂 20食限定 駒形公園体操 金曜日10時 大スペース	2	3
PM				555ラビット2323 歌の会 13:30~15:30	お休み	文化の日
AM	4	パンの日 小スペース	6 柏山公園体操 水曜日 9:30 大スペース	7 小スペース	8 20食限定 小スペース	10
PM	囲碁・将棋 健康麻雀 13:30~16:00	庭プロジェクト 14:00~15:00	いきいき体操会 10:00~11:00	ヨガスクールB 10:00~11:00	手芸アマリス 10:00~12:00	みんなのいばしょ 10:00~16:30 ★こがも真堂 11:30~13:30 アトリエ花 絵画教室 10:30~12:30
AM	11 城神社体操 月曜日 9:30 大スペース	パンの日 小スペース	13 柏山公園体操 水曜日 9:30 大スペース	14 小スペース	15 20食限定 小スペース	16
PM	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	庭プロジェクト 14:00~15:00	いきいき体操会 10:00~11:00	ヨガスクールA 10:00~11:00	スマホケータイ教室 10:00~12:00	お休み
AM	18 城神社体操 月曜日 9:30 大スペース	パンの日 小スペース	20 柏山公園体操 水曜日 9:30 大スペース	21 小スペース	22 20食限定 小スペース	23
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	手芸の時間 13:30~15:30	子ども書道教室 16:00~17:30	かるがも俳句の会 14:00~16:00	お休み
AM	25 城神社体操 月曜日 9:30 大スペース	パンの日 小スペース	27 柏山公園体操 水曜日 9:30 大スペース	28 小スペース	29 20食限定 小スペース	30
PM	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	バスケット 10:00~11:00	介護予防 らくらく体操 10:00~11:00	ヨガスクールA 10:00~11:00	お休み	お休み
AM	18 城神社体操 月曜日 9:30 大スペース	パンの日 小スペース	20 柏山公園体操 水曜日 9:30 大スペース	21 小スペース	22 20食限定 小スペース	23
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	庭プロジェクト 14:00~15:00	かるがも俳句の会 14:00~16:00	お休み
AM	25 城神社体操 月曜日 9:30 大スペース	パンの日 小スペース	27 柏山公園体操 水曜日 9:30 大スペース	28 小スペース	29 20食限定 小スペース	30
PM	からだ動かし隊 10:00~11:00 (体操&脳トレ)	バスケット 10:00~11:00	介護予防 らくらく体操 10:00~11:00	ヨガスクールA 10:00~11:00	お休み	お休み

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