

2025 年

かるがも通信

Rapport



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利用しています
(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
苗木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 ささえあいセンター 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
						1	2
AM						かるがも10周年 記念フェスタ 10:00~14:00	お休み
PM							
	3 城神社体操 月曜日 9:30	ラーメンの日 4	パンの日 5 柏山公園体操 水曜日 9:30	6	食堂 20食限定 7 駒形公園体操 金曜日 10時	8	9
AM	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)		いきいき体操会 10:00~11:00	ヨガサークルB 10:00~11:00	読書ゆりの会 10:00~11:30	みんなのいばしょ 10:00~16:30 ★こがも食堂 11:30~13:30 アトリエ花 絵画教室 10:30~12:30
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	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	らららビット2323 歌の会 13:30~15:30	
	10 城神社体操 月曜日 9:30	ラーメンの日 11	パンの日 12 柏山公園体操 水曜日 9:30	13	食堂 20食限定 14 駒形公園体操 金曜日 10時	15	16
AM	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)	シャンソン 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A 10:00~11:00 ギョー作り	手芸アマリリス 10:00~12:00	お休み
PM		ゆるゆる自由時間 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 城神社体操 月曜日 9:30	ラーメンの日 18	パンの日 19 柏山公園体操 水曜日 9:30	20	食堂 20食限定 21 駒形公園体操 金曜日 10時	22	23
AM	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 フレイルチェック	パッチワーク サークル 10:00~12:00	書道サークル 野の庵 1部 9:30~10:30 2部 10:40~11:40	お休み 春分の日	スマホケータイ教室 10:00~12:00	みんなのいばしょ 10:00~16:30 ★こがも食堂 11:30~13:30
PM		ハーモニカ演奏会 辻堂ハーモニカメイツ 14:00~15:00	囲碁・将棋 健康麻雀 13:30~16:00	庭プロジェクト 14:00~15:00		会議利用	
	24 城神社体操 月曜日 9:30	ラーメンの日 25	パンの日 26 柏山公園体操 水曜日 9:30	27	食堂 20食限定 28 駒形公園体操 金曜日 10時	29	30
AM	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)	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A 10:00~11:00	手芸アマリリス 10:00~12:00	お休み
PM		ゆるゆるオーナー 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	子ども書道教室 16:00~17:30	
	31 城神社体操 月曜日 9:30					かるがも俳句の会 14:00~16:00	お休み
AM	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		介護者教室 14:00~15:30					

お問い合わせ 070-1432-0952 (平日)

☐ = 申し込みが必要な活動