

2025 年

かるがも通信

Rapport



10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



9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。これは、1994年に国際アルツハイマー病協会(ADI)が世界保健機関(WHO)と共同で制定したもので、認知症への理解を深めることを目的としています。日本では、9月を「世界アルツハイマー月間」として、様々な啓発活動が行われています。ささえあいセンターかるがもでも第2木曜日 13:00~15:00に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) お気軽にご参加ください。

ボランティアさん 大募集

○食糧支援の物品仕分け(月1回・1時間程度)

○こどものいばしょで子どもと一緒に活動する

(月2回・第2第4土曜日) 中・高・大学生の学生

ボランティア大歓迎!

詳しくは電話かメールでお問い合わせください♥

10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。

10月17日(金)

①10時~②11時~

※予約制 お申し込みはかるがもまで



SRG ハーモニー演奏会

10月10日(金)

13:30~14:30

ギターやハーモニカなどの音色が美しい、演奏会です。ぜひ聴きにいらしてください。

明治ふるさとまつり

かるがもは11月8日(土)に出店します!

コーヒー・お菓子・手芸品の販売に福祉相談もあります。

かるがも食堂 10月メニュー

1食 500 円 デザート付

3日 ハヤシライス・サラダ

10日 スタミナ丼・汁物・小鉢

17日 マーボー豆腐定食

24日 きのこの炊き込みごはん
豚汁・小鉢

31日 パンプキンシチュー・パン
サラダ

食後のコーヒー 110 円



明治地区地域ささえあいセンターかるがも

2025年度 行事カレンダー

(開所時間: 9:30~17:30)

10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
					パンの日 1		2		食堂 20食限定 3		4	5
	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	小スペース	大スペース	小スペース	大スペース		
AM						柏山公園体操 水曜日 9:30 いきいき体操会 10:00~11:00		ヨガサークルB 10:00~11:00		駒形公園体操 金曜日 10時 読書ゆりの会 10:00~11:30	お休み	お休み
PM					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		フードパントリー 17:00~19:00		らららラビット2323 歌の会 13:30~15:30		
	6		ラーメンの日 7		パンの日 8		9		食堂 20食限定 10		11	12
	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	小スペース	大スペース	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)	パッチワーク サークル 10:00~12:00			いきいき体操会 10:00~11:00		ヨガサークルA 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 ★こがも食堂 11:30~13:30 アトリエ花 絵画教室 10:30~12:30	お休み
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	かるがも オレンジカフェ 13:00~15:00	子ども書道教室 16:00~17:30		SRGハーモニー 演奏会 13:30~14:30		
	13		ラーメンの日 14		パンの日 15		16		食堂 20食限定 17		18	19
	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	小スペース	大スペース	小スペース	大スペース		
AM	お休み スポーツの日			シャンソン サークル 10:00~11:00	パステルアート 9:30~10:30 1部 9:30~10:30 2部 10:40~11:40	書道サークル 野の華 1部 9:30~10:30 2部 10:40~11:40		ヨガサークルB 10:00~11:00		スマホケータイ教室 10:00~12:00	お休み	お休み
PM					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						
	20		ラーメンの日 21		パンの日 22		23		食堂 20食限定 24		25	26
	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	小スペース	大スペース	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)	パッチワーク サークル 10:00~12:00			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	手芸アマリス 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	お休み
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		手芸の時間 13:30~15:30	会議利用 14:00~15:00	子ども書道教室 16:00~17:30		かるがも俳句の会 14:00~16:00		
	27		ラーメンの日 28		パンの日 29		30		食堂 20食限定 31			
	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	小スペース	大スペース	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		ゆるゆるオーナー 14:00~16:00		歌声サロン 13:30~14:30								

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