

2026年



かるがも通信

Rapport



2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】 sasaai-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



1月9日（金）SRG ハーモニーコンサートが行われ、大盛況でした。次回は4月10日（金）の開催です。

2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。

2月20日（金）

①10時～②11時～

※お申し込みはかるがもまで



お知らせ

辻堂ハーモニカメイツ演奏会

2月20日（金）14:00～15:00

〇かるがも俳句の会 会員募集

毎月第4金曜日 14:00～16:00

〇3月7日（土）かるがもマルシェ開催予定

募集中!

かるがも食堂 2月メニュー

毎週金曜日 1食 500円 デザート付
（限定20食・ご予約できます）

6日 カレー・サラダ

13日 三色丼定食

20日 白菜のクリーム煮定食

27日 ちゃんちゃん焼き定食

食後のコーヒー 110円

★火曜日は**ラーメン**の日

12日・19日木曜日は**おにぎりカフェ**の日



みんなのいばしょ・こがも食堂

（第2・第4土曜日 10:00～16:00）

本を読んだり・マンガを読んだり、折り紙・ブロックで遊んだり、寝っ転がったり、何もしなくてもOK。誰でも来ていい「いばしょ」です。

こども食堂は、こどもは無料・おとなは300円以上のご寄付をお願いしています。予約制ですので、お電話かメールでお申し込みください。



明治地区地域ささえあいセンターかるがも

2026年 行事カレンダー

(開所時間: 9:30~17:30)

2月

【新型コロナウイルス等感染症拡大防止のために】

来所される際は、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
	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
PM												
	2 城神社体操 月曜日 9:30		ラーメンの日 3		パンの日 4 柏山公園体操 水曜日 9:30		5		食堂 20食限定 6 駒形公園体操 金曜日 10時		7	8
	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	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		ぬりえサロン 10:00~11:00	いきいき体操会 10:00~11:00		ヨガサークルB 10:00~11:00		読書よりの会 10:00~11:30	お休み	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	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		
	9 城神社体操 月曜日 9:30		ラーメンの日 10		11		かるがもカフェ 12		食堂 20食限定 13 駒形公園体操 金曜日 10時		14	15
	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)		シャンソン サークル 10:00~11:00	お休み 建国記念の日			ヨガサークルA 10:00~11:00	手芸アマリリス 10:00~12:00		みんなのいばしょ 10:00~16:00 こがも食堂 10:30~12:30 ※アトリエ花	お休み
PM		ゆるゆる 自由時間 14:00~16:00						子ども書道教室 16:00~17:30				
	16 城神社体操 月曜日 9:30		ラーメンの日 17		パンの日 18 柏山公園体操 水曜日 9:30		かるがもカフェ 19		食堂 20食限定 20 駒形公園体操 金曜日 10時		21	22
	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	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		パステルアート 10:00~11:00	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		ゆるゆるオーナー 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		歌声サロン 13:30~14:30		ハーモニカメイツ演奏 会 14:00~15:00		
	23		ラーメンの日 24		パンの日 25 柏山公園体操 水曜日 9:30		26		食堂 20食限定 27 駒形公園体操 金曜日 10時		28	
	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 天皇誕生日					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		みんなのいばしょ 10:00~16:00 こがも食堂	
PM						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		かるがも俳句の会 14:00~16:00		

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