

令和3年12月



12月

横浜市恩田地域ケアプラザ・事業カレンダー♪

日	月	火	水	木	金	土
			1 クリスマスコンサート 10:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00 なごみサロン 13:30~14:30 健康相談 13:30~14:30	2 大きいいちご 10:00~15:00 きょうの健康 9:20~9:50	3 ほっこりんこ 9:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00 ハマトレ 10:00~12:00 お散歩に行こう 10:30~11:30 (集合: 恩田駅)	4 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00 生活お役立ち講座 (お小遣い教室) 10:00~12:00
<p>《ケアプラザへお越しになる皆様へ》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・感染症予防の為、館内ではマスク着用をお願いします ・発熱・倦怠感・風邪症状等体調がすぐれない方は来館をお控え下さい ・入館時に検温・手指消毒をお願いしています 						
⑤ 自習室 9:00~15:00	6 もみじのおてて 10:30~11:00 親子のひろば 11:30~15:00 悠YOUmen's① 10:00~12:00	7 大きいいちご 10:00~15:00 元気づくりステーション 9:20~10:20 10:30~11:30 手しごと日和 10:00~11:30 ノルディックウォーキング 14:00~16:00 骨盤底筋トレーニング塾 14:00~15:00 15:15~16:15	8 小さいいちご 10:00~15:00 免疫力を高める 健康体操 10:00~11:00	9 大きいいちご 10:00~15:00	10 ほっこりんこ 9:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00 か〜る軽体操 10:00~10:45 11:00~11:45 いこいこ手芸班 13:30~15:00	11 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00
⑫ 自習室 9:00~15:00	13 小さいいちご 10:00~15:00 みんなでウォーキング 13:30集合	14 おりがみキッズ 10:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00 まちかど相談 10:00~12:00	15 小さいいちご 10:00~15:00 免疫力を高める 健康体操 10:00~11:00	16 大きいいちご 10:00~15:00 きょうの健康 9:20~9:50	17 ほっこりんこ 9:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00 よってこひろば 12:30~14:00	18 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00
⑲ 自習室 9:00~15:00	20 小さいいちご 10:00~15:00	21 大きいいちご 10:00~15:00 元気づくりステーション 9:20~10:20 10:30~11:30 手しごと日和 10:00~11:30 ノルディックウォーキング 14:00~16:00 骨盤底筋トレーニング塾 14:00~15:00 15:15~16:15	22 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~12:00	23 大きいいちご 10:00~15:00	24 ほっこりんこ 9:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00 か〜る軽体操 10:00~10:45 11:00~11:45	25 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00 COCOA 10:30~11:30 介護者のつどい 14:00~15:30 まちかど相談 15:00~17:30
⑳ 自習室 9:00~15:00	27 (館内点検) 休館日	28 大きいいちご 10:00~15:00	29 年末年始 休館日	30 年末年始 休館日	31 年末年始 休館日	

【お問合せ】
横浜市恩田地域ケアプラザ [TEL: 045-988-2010](tel:045-988-2010)

※事業は都合により変更になる場合があります。

※この事業カレンダーは、恩田地域ケアプラザ ブログにも毎月掲載しています

恩田ケアプラザ ブログ

検索



※ここから
恩田ブログに入れます

