

令和5年4月

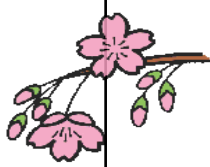
横浜市恩田地域ケアプラザ

事業カレンダー♪



4月

日	月	火	水	木	金	土
<p>《ケアプラザへお越しになる皆様へ》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・感染症予防の為、館内ではマスク着用をお願いします</li> <li>・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ください</li> <li>・入館時に検温・手指消毒をお願いしています</li> </ul>						
② 自習室 9:00~15:00	3 悠・Youmen's① 10:00~12:00 小さいいちご 10:00~15:00	4 大きいいちご 10:00~15:00 てしごと日和 10:00~11:30 骨盤底筋トレーニング塾 14:00~15:00 ノルディックウォーキング 14:00~16:00	5 小さいいちご 10:00~15:00 免疫力を高める 健康体操 ① 9:30~10:30 ② 11:00~12:00 なごみサロン 13:30~14:30 健康相談 13:30~14:30	6 大きいいちご 10:00~15:00	7 ほっこりんこ 9:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00	8 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00
⑨ 自習室 9:00~15:00	10 小さいいちご 10:00~15:00 みんなでウォーキング 13:30集合	11 大きいいちご 10:00~15:00 まちかど相談 10:00~12:00	12 小さいいちご 10:00~15:00	13 大きいいちご 10:00~15:00	14 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 ① 10:00~10:45 ② 11:00~11:45 いこいこ手芸班 13:30~15:00	15 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00
⑬ 自習室 9:00~15:00	17 小さいいちご 10:00~15:00	18 大きいいちご 10:00~15:00 てしごと日和 10:00~11:30 骨盤底筋トレーニング塾 14:00~15:00 ノルディックウォーキング 14:00~16:00	19 小さいいちご 10:00~15:00 免疫力を高める 健康体操 ① 9:30~10:30 ② 11:00~12:00	20 赤ちゃん教室 10:00~11:15 親子のひろば 11:30~15:00	21 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	22 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00 まちかど相談 15:00~17:30
⑳ 自習室 9:00~15:00	24 (館内点検) 休館日	25 大きいいちご 10:00~15:00	26 小さいいちご 10:00~15:00	27 ぶれいば〜く 10:00~12:00 親子のひろば 12:00~15:00	28 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 ① 10:00~10:45 ② 11:00~11:45	㉑ 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~12:00
㉓ 自習室 9:00~15:00	<p>【お問合せ】 横浜市恩田地域ケアプラザ TEL: 045-988-2010</p>					



※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

