

令和5年5月

横浜市恩田地域ケアプラザ

事業カレンダー♪



5月

日	月	火	水	木	金	土
	1 悠・Youmen's① 10:00~12:00 小さいいちご 10:00~15:00	2 大きいいちご 10:00~15:00 てしごと日和 10:00~11:30 ノルディックウォーキング 14:00~16:00	③ 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~12:00	④ 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~12:00	⑤ 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~12:00	6 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00
⑦ 自習室 9:00~15:00 	8 もみじのおてて 10:30~11:00 親子のひろば 11:30~15:00 みんなでウォーキング 13:30集合	9 大きいいちご 10:00~15:00 おりがみdeあそぼう 10:00~11:30 まちかど相談 10:00~12:00	10 小さいいちご 10:00~15:00	11 大きいいちご 10:00~15:00 	12 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 ①10:00~10:45 ②11:00~11:45 いこいこ手芸班 13:30~15:00	13 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00
⑭ 自習室 9:00~15:00 春の成瀬尾根散策 恩田駅9:15出発 恩田地域ケアプラザ 9:30集合	15 小さいいちご 10:00~15:00	16 大きいいちご 10:00~12:00 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	17 免疫力を高める 健康体操 ①9:30~10:30 ②11:00~12:00 小さいいちご 10:00~15:00	18 赤ちゃん教室 10:00~11:15 親子のひろば 11:30~15:00	19 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	20 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00
⑰ 自習室 9:00~15:00	22 (館内点検) 休館日	23 大きいいちご 10:00~15:00	24 小さいいちご 10:00~15:00	25 ぶれいぱ〜く 10:00~12:00 親子のひろば 12:00~15:00	26 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 ①10:00~10:45 ②11:00~11:45	27 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	29 小さいいちご 10:00~15:00	30 大きいいちご 10:00~15:00 骨盤底筋トレーニング塾 14:00~15:00	31 免疫力を高める 健康体操 ①9:30~10:30 ②11:00~12:00 小さいいちご 10:00~15:00	<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ください ・入館時に検温・手指消毒をお願いしています 		

【お問合せ】

横浜市恩田地域ケアプラザ

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

