

令和5年9月

横浜市恩田地域ケアプラザ



9月

事業カレンダー♪

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>				<p>1 ほっこりんこ 9:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00</p>	<p>2 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00 おんちゃんの部屋 9:00~12:00</p>
③ 自習室 9:00~15:00 おんちゃんの部屋 9:00~12:00	<p>4 悠YOUmen's① 10:00~14:00 小さいいちご 10:00~15:00 おんちゃんの部屋 15:30~17:00</p>	<p>5 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 骨盤底筋トレーニング塾 14:00~15:00 おんちゃんの部屋 14:30~17:00</p>	<p>6 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 なごみサロン 13:30~14:30 健康相談 13:30~14:30 おんちゃんの部屋 11:40~17:00</p>	<p>7 大きいいちご 10:00~15:00 おんちゃんの部屋 11:40~17:00 認知症講演会 10:00~12:00</p> 	<p>8 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</p>	<p>9 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00</p>
⑩ 自習室 9:00~15:00	<p>11 もみじのおてて 10:30~11:00 親子のひろば 12:00~15:00 みんなでウォーキング 13:30集合</p>	<p>12 おりがみdeあそぼう! 10:00~11:30 親子のひろば 12:00~15:00 まちかど相談 10:00~12:00</p>	<p>13 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00</p>	<p>14 大きいいちご 10:00~15:00</p>	<p>15 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</p>	<p>16 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00</p>
⑰ 自習室 9:00~15:00	<p>⑱ 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~12:00 悠YOUmen's① 10:00~14:00</p>	<p>19 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</p>	<p>20 小さいいちご 10:00~15:00 免疫力を高める 健康体操 ①9:30~10:30 ②11:00~12:00</p>	<p>21 赤ちゃん教室 10:00~11:15 親子のひろば 11:30~15:00</p>	<p>22 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</p>	<p>⑳ 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~12:00</p>
㉒ 自習室 9:00~15:00	<p>25 (館内点検) <b>休館日</b></p>	<p>26 大きいいちご 10:00~15:00</p>	<p>27 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00</p>	<p>28 ふれいば〜く 10:00~12:00 親子のひろば 12:00~15:00</p>	<p>29 ほっこりんこ 9:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00</p>	<p>30 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00</p>

【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

