



日	月	火	水	木	金	土
① 自習室 9:00~15:00	2 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's① 10:00~14:00	3 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	4 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	5 大きいいちご 10:00~15:00	6 ほっこりんこ 9:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00	7 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00
⑧ 自習室 9:00~15:00	⑨ 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~12:00 みんなでウォーキング 13:30集合	10 大きいいちご 10:00~15:00 まちかど相談 10:00~12:00	11 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00	12 大きいいちご 10:00~15:00	13 第11回 ふれあいフェスタ 準備	14 第11回 ふれあいフェスタ 
⑮ 全館清掃	16 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's① 10:00~14:00	17 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	18 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	19 赤ちゃん教室 10:00~11:15 親子のひろば 11:30~15:00	20 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 いこいこ 12:15~14:00	21 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00
⑳ 自習室 9:00~15:00	23 (館内点検) 休館日	24 大きいいちご 10:00~15:00	25 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00	26 ぶれいば〜く 10:00~12:00 親子のひろば 12:00~15:00	27 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	28 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
㉑ 自習室 9:00~15:00	30 もみじのおてて 10:30~11:00 親子のひろば 12:00~15:00	31 大きいいちご 10:00~15:00				

【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

《ケアプラザへお越しになる皆様へ》

- ・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

