



日	月	火	水	木	金	土
			1 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 免疫力を高める 健康体操 ①9:30~10:30 ②11:00~12:00	2 大きいいちご 10:00~15:00 恩田GOGO! 健康教室 14:00~15:00	③ 親子のひろば 10:00~12:00 自習室 9:00~15:00	4 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00
<div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px; border-radius: 10px;"> <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 </div>						
⑤ 自習室 9:00~15:00	6 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's① 10:00~14:00	7 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	8 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00	9 大きいいちご 10:00~15:00 恩田GOGO! 健康教室 14:00~15:00	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 ①10:00~10:45 ②11:00~11:45 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 おんちゃんの部屋 9:00~12:00
⑫ 自習室 9:00~15:00 おんちゃんの部屋 9:00~12:00 秋の成瀬尾根散策 恩田駅9:15出発 恩田地域ケアプラザ 9:30集合	13 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 おんちゃんの部屋 15:30~17:00	14 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 おんちゃんの部屋 14:30~17:00	15 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 おんちゃんの部屋 11:30~17:00	16 赤ちゃん教室 10:00~11:15 親子のひろば 11:30~15:00 VR認知症体験会 14:00~15:30 おんちゃんの部屋 12:00~17:00	17 ほっこりんこ 9:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00 いこいこ 12:15~14:00 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 悠YOUmen's① 10:00~14:00 恩田GOGO! 健康教室 14:00~15:00	21 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	22 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00	⑳ 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~12:00	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 ①10:00~10:45 ②11:00~11:45	25 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
㉒ 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 よってこひろば田奈 13:00~14:00	29 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	30 大きいいちご 10:00~15:00 恩田GOGO! 健康教室 14:00~15:00	<p>北 ↑</p> <p>恩田地域ケアプラザ</p> <p>バス停 熊の谷公園</p> <p>バス停 熊の谷公園 長津田駅行き</p> <p>成瀬街道</p> <p>コペニ</p> <p>あかね台入り口</p> <p>長津田駅北口バス乗り場 1番から、成瀬台行き、 熊の谷公園下車、 徒歩5分(上り坂)</p> <p>バス乗り場近くからタクシー で、2.3km、</p> <p>駅から徒歩 約30分</p> <p>JR横浜線 長津田駅</p> <p>田園都市線 横浜</p> <p>バス乗り場 渋谷</p> <p>ことしの恩縁</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