


令和5年12月

横浜市恩田地域ケアプラザ

事業カレンダー



12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>					1 ほっこりこ 9:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00	2 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00
③ 自習室 9:00~15:00	4 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's① 10:00~14:00	5 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	6 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	7 大きいいちご 10:00~15:00	8 ほっこりこ 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	9 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00
⑩ 自習室 9:00~15:00	11 小さいいちご 10:00~15:00 みんなでウォーキング 13:30集合	12 大きいいちご 10:00~15:00 まちかど相談 10:00~12:00	13 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00	14 もみじのおてて 10:30~11:00 親子のひろば 11:30~15:00	15 ほっこりこ 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	16 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	18 小さいいちご 10:00~15:00 	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	20 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	21 赤ちゃん教室 10:00~11:15 親子のひろば 11:30~15:00	22 ほっこりこ 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 介護者のつどい 14:00~15:30	23 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	25 (館内点検) <b>休館日</b>	26 大きいいちご 10:00~15:00	27 小さいいちご 10:00~15:00	28 大きいいちご 10:00~15:00	29 (年未年始) <b>休館日</b>	30 (年未年始) <b>休館日</b>

⑳ (年未年始) 休館日



【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

恩田ブログQRコード

