

令和6年1月

横浜市恩田地域ケアプラザ

事業カレンダー♪



1月

日	月	火	水	木	金	土
	① 年末年始 休館日	2 年末年始 休館日	3 年末年始 休館日	4 大きいいちご 10:00~15:00	5 ほっこりんこ 9:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00	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 親子のひろば 10:00~12:00 自習室 9:00~15:00	9 大きいいちご 10:00~15:00 まちかど相談 10:00~12:00	10 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00	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	15 もみじのおてて 10:30~11:00 親子のひろば 11:30~15:00 悠YOUmen's① 10:00~14:00	16 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	17 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	18 大きいいちご 10:00~15:00 	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 悠YOUmen's② 10:00~14:00	25 ふれいばーく 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 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

恩田ブログQRコード

