



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"> ・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・手洗いをお願いしています 				<p>1 大きいいちご 10:00~15:00 恩田GOGO! 健康教室 14:00~15:00 わたしノート講座 13:30~15:00</p>	<p>2 ほっこりんこ 9:30~11:30 親子のひろば 12:00~15:00</p>	<p>3 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00</p>	<p>④ 自習室 9:00~15:00</p>	<p>5 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's① 10:00~14:00</p>	<p>6 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>7 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 なごみサロン 13:30~14:30 健康相談 13:30~14:30</p>	<p>8 もみじのおてて 10:30~11:00 親子のひろば 11:30~15:00 恩田GOGO! 健康教室 14:00~15:00</p>	<p>9 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>10 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>	<p>⑪ 自習室 9:00~15:00 おんちゃんの部屋 9:00~12:00</p>	<p>⑫ 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 おんちゃんの部屋 9:00~12:00</p>	<p>13 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</p>	<p>14 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00 おんちゃんの部屋 11:40~17:00</p>	<p>15 赤ちゃん教室 10:00~11:15 親子のひろば 11:30~15:00 おんちゃんの部屋 11:40~17:00</p>	<p>16 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 恩田GOGO!健康教室 14:00~15:00</p>	<p>17 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00</p>	<p>⑮ 自習室 9:00~15:00</p>	<p>19 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's① 10:00~14:00</p>	<p>20 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>21 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>22 ぶれいば~く 10:00~12:00 親子のひろば 12:00~15:00</p>	<p>⑳ 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~12:00 か~る軽体操 ①10:00~10:45 ②11:00~11:45</p>	<p>24 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</p>	<p>㉔ 自習室 9:00~15:00</p>	<p>26 (館内点検) 休館日</p>	<p>27 大きいいちご 10:00~15:00</p>	<p>28 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00</p>	<p>29 大きいいちご 10:00~15:00 介護者のつどい 14:00~15:30</p>		
<p>④ 自習室 9:00~15:00</p>	<p>5 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's① 10:00~14:00</p>	<p>6 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>7 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 なごみサロン 13:30~14:30 健康相談 13:30~14:30</p>	<p>8 もみじのおてて 10:30~11:00 親子のひろば 11:30~15:00 恩田GOGO! 健康教室 14:00~15:00</p>	<p>9 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>10 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>	<p>⑪ 自習室 9:00~15:00 おんちゃんの部屋 9:00~12:00</p>	<p>⑫ 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 おんちゃんの部屋 9:00~12:00</p>	<p>13 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</p>	<p>14 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00 おんちゃんの部屋 11:40~17:00</p>	<p>15 赤ちゃん教室 10:00~11:15 親子のひろば 11:30~15:00 おんちゃんの部屋 11:40~17:00</p>	<p>16 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 恩田GOGO!健康教室 14:00~15:00</p>	<p>17 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00</p>	<p>⑮ 自習室 9:00~15:00</p>	<p>19 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's① 10:00~14:00</p>	<p>20 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>21 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>22 ぶれいば~く 10:00~12:00 親子のひろば 12:00~15:00</p>	<p>⑳ 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~12:00 か~る軽体操 ①10:00~10:45 ②11:00~11:45</p>	<p>24 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</p>	<p>㉔ 自習室 9:00~15:00</p>	<p>26 (館内点検) 休館日</p>	<p>27 大きいいちご 10:00~15:00</p>	<p>28 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00</p>	<p>29 大きいいちご 10:00~15:00 介護者のつどい 14:00~15:30</p>									
<p>⑪ 自習室 9:00~15:00 おんちゃんの部屋 9:00~12:00</p>	<p>⑫ 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 おんちゃんの部屋 9:00~12:00</p>	<p>13 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</p>	<p>14 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00 おんちゃんの部屋 11:40~17:00</p>	<p>15 赤ちゃん教室 10:00~11:15 親子のひろば 11:30~15:00 おんちゃんの部屋 11:40~17:00</p>	<p>16 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 恩田GOGO!健康教室 14:00~15:00</p>	<p>17 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~15:00</p>	<p>⑮ 自習室 9:00~15:00</p>	<p>19 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's① 10:00~14:00</p>	<p>20 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>21 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>22 ぶれいば~く 10:00~12:00 親子のひろば 12:00~15:00</p>	<p>⑳ 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~12:00 か~る軽体操 ①10:00~10:45 ②11:00~11:45</p>	<p>24 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</p>	<p>㉔ 自習室 9:00~15:00</p>	<p>26 (館内点検) 休館日</p>	<p>27 大きいいちご 10:00~15:00</p>	<p>28 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00</p>	<p>29 大きいいちご 10:00~15:00 介護者のつどい 14:00~15:30</p>																
<p>⑮ 自習室 9:00~15:00</p>	<p>19 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's① 10:00~14:00</p>	<p>20 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>21 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>22 ぶれいば~く 10:00~12:00 親子のひろば 12:00~15:00</p>	<p>⑳ 自習室 9:00~15:00 親子のひろば 10:00~12:00 か~る軽体操 ①10:00~10:45 ②11:00~11:45</p>	<p>24 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</p>	<p>㉔ 自習室 9:00~15:00</p>	<p>26 (館内点検) 休館日</p>	<p>27 大きいいちご 10:00~15:00</p>	<p>28 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00</p>	<p>29 大きいいちご 10:00~15:00 介護者のつどい 14:00~15:30</p>																							
<p>㉔ 自習室 9:00~15:00</p>	<p>26 (館内点検) 休館日</p>	<p>27 大きいいちご 10:00~15:00</p>	<p>28 小さいいちご 10:00~15:00 悠YOUmen's② 10:00~14:00</p>	<p>29 大きいいちご 10:00~15:00 介護者のつどい 14:00~15:30</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



恩田ブログ
QRコード

