



# 平成31年1月 カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		指定休館日	指定休館日	指定休館日	9:00~ 貸館抽選日 @情報ラウンジ	
6	7	8	9	10	11	12
		(転倒骨折予防教室) てんとうむし 13:00~  (認知症予防・ 転倒骨折予防教室) のびるの会 14:00~	(歌・ベル演奏) ベルの会 10:00~	(チャコの会) 「ストレッチ体操 &ウォーキング」 10:00~ 11:30	(元気づくり ステーション) ひざちゃんクラブ 10:00~ 11:15	
13	14	15	16	17	18	19
	指定点検日	(転倒骨折予防教室) てんとうむし 13:00~  (認知症予防・ 転倒骨折予防教室) のびるの会 14:00~			「関節痛予防 改善体操」 10:00~12:00	「のぼこども食堂」 11:00~14:00 *ごはんは 12:00から
20	21	22	23	24	25	26
(会食会) ぶらっとランチ のぼ 11:00~ 1回 200円	(子育て支援) ママと子の おしゃべりサロン 10:00~	(転倒骨折予防教室) てんとうむし 13:00~  (認知症予防・ 転倒骨折予防教室) のびるの会 14:00~		(チャコの会) 「ストレッチ体操 &ウォーキング」 10:00~ 11:30	(喫茶サロン) にこにこ野庭 サロン 13:30~ 1回 100円	
27	28	29	30	31	 	
		(転倒骨折予防教室) てんとうむし 13:00~  (認知症予防・ 転倒骨折予防教室) のびるの会 14:00~	(歌・ベル演奏) ベルの会 10:00~	(元気づくり ステーション) ひざちゃんクラブ 10:00~ 11:15		

福祉・保健に関するご相談は

## 横浜市野庭地域ケアプラザ

指定管理者 社会福祉法人ひまわり福祉会  
電話 848-0111  
FAX 848-0106

