

10月みなと通信

横浜市西柴地域ケアプラザ・横浜市西柴コミュニティハウス

カレンダー版

お問合せ

045-780-1150

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				朝のヨガ教室 10:00～	かもめのアトリエ 10:00～	自分時間 9:00～
4	5	6	7	8	9	10
自分時間 9:00～	ぐ～・ちょき・ぱ～広場 10:00～	よこはまシニアボランティア ポイント登録研修会 10:00～	フラワーアレンジメント 1部 13:30～ 2部 14:50～ Night Yoga 19:00～	Happy Songサロン 10:00～ フレンドリースペース金沢 講演会 13:30～		自分時間 9:00～
11	12	13	14	15	16	17
自分時間 9:00～		海辺のサロン 11:00～	ナイトピラティス 19:00～	朝のヨガ教室 10:00～	百人一首 10:00～	自分時間 9:00～
18	19	20	21	22	23	24
自分時間 9:00～	ぐ～・ちょき・ぱ～広場 10:00～ いつでも盆踊り 13:00～	みなと茶房 13:30～	カントリーダンス教室 10:00～ Night Yoga 19:00～			自分時間 9:00～
25	26	27	28	29	30	31
自分時間 9:00～	いつでも盆踊り 13:00～	おとなのレク☆タイム 10:00～	介護者のつどい 10:30～ ナイトピラティス 19:00～			自分時間 9:00～