

2019年12月 中央老人福祉センター

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		休館日	陶芸に親しむ講座 (閉講) 午前	やさしいハーモニカ講座 午後	男のストレッチ&スローな 筋肉トレーニング講座 午後	
8	9	10	11	12	13	14
	男の健康料理講座 午前	休館日		やさしいストレッチ講座 午前	やさしい絵てがみ講座 午後	日本史探訪講座 (館外学習) 午前
15	16	17	18	19	20	21
		休館日			男のストレッチ&スローな 筋肉トレーニング講座 午後	
22	23	24	25	26	27	28
	男の健康料理講座 午前	休館日				
29	30	31				
休館日	休館日	休館日				