

2020年1月 中央老人福祉センター

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			休館日	休館日	休館日	
5	6	7	8	9	10	11
		休館日		やさしいストレッチ講座 午前10時～11時30分 やさしいハーモニカ講座 午後1時30分～3時30分	やさしい絵てがみ講座 午後1時30分～3時30分	日本史探訪講座 午前10時～正午
12	13	14	15	16	17	18
	休館日 (成人の日)	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1時30分～3時	
19	20	21	22	23	24	25
		休館日				
26	27	28	29	30	31	
	男の健康料理講座 午前10時～正午	休館日				