

## 04年2月 中央老人福祉センター

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		休館日			男のスローな筋トレ講座BA⑭ <small>午後1時～2時30分 午後2時45分～4時15分</small>	日本史探訪講座⑦ 午前10時～正午
6	7	8	9	10	11	12
		休館日		たのしい健康体操講座⑧ 午前10時～11時30分	休館日 (建国記念日)	
13	14	15	16	17	18	19
	男の健康料理講座⑩ 午前10時～正午	休館日	マッサージ受付⑤ 午前9時から		男のスローな筋トレ講座BA⑮ <small>午後1時～2時30分 午後2時45分～4時15分</small>	
20	21	22	23	24	25	26
		休館日	休館日 (天皇誕生日)	マッサージ実施日⑤1		
27	28					
マッサージ実施日⑤2	男の健康料理講座⑪ 午前10時～正午					