

04年8月 中央老人福祉センター

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	スポーツボイス講座無料体験会 ～みんなで一緒に声帯トレーニング～ 午前10時～11時30分			今日からはじめるスマホ活用術講座～ライン機能あれこれ編～③ (閉講) 午前10時～正午 今日からはじめるスマホ活用術講座～フリマアプリ活用編～③ 午後1時30分～3時30分	男のスローな筋トレ講座①⑤ 午後1時30分～3時	日本史探訪講座③ 午前10時～正午
7	8	9	10	11	12	13
	男の健康料理講座④ 午前10時～正午	休館日		休館日 (山の日)	フレイル予防で足腰健康講座④ 午後1時30分～3時	臨時休館日
14	15	16	17	18	19	20
臨時休館日	臨時休館日	休館日		たのしい健康体操講座④ 午前10時～11時30分 今日からはじめるスマホ活用術講座～フリマアプリ活用編～④ (閉講) 午後1時30分～3時30分	男のスローな筋トレ講座①⑥ 午後1時30分～3時	
21	22	23	24	25	26	27
		休館日	陶芸に親しむ講座① (開講) 午前10時～正午	スポーツボイス講座① (開講) 午前10時～11時30分 ものづくり講座～魔法の手仕事・クレイクラフト編～① (開講) 午後1時30分～3時30分	シニアの生きがいづくり講座 ～ただ今、その技習得中！(そば打ち編2)～ (開講) 午前10時～午後1時30分 フレイル予防で足腰健康講座⑤ 午後1時30分～3時	シニアの生きがいづくり講座 ～ただ今、その技習得中！(そば打ち編2)～ (閉講) 午前10時～午後1時30分 日本史探訪講座④ 午前10時～正午
28	29	30	31			
		休館日	陶芸に親しむ講座② 午前10時～正午			