

## 令和5年10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⑤ 午前10時～正午	スポーツボイス講座⑨ 午前10時～11時30分		
8	9 休館日 (スポーツの日)	10 休館日	11 講座受付 (11月スタート・2講座)	12 今日からはじめる健康体操講座⑨ 午前10時～11時30分	13 わくわく絵てがみ・切り絵講座⑤ 午前10時～正午 スポーツボイス講座⑩ 午前10時～11時30分 男のヨガ講座(前期)⑧ (閉講) 午後1時30分～3時	14 日本史探訪講座⑥ 午前10時～正午
15	16	17 休館日	18	19 スポーツボイス講座⑪ 午前10時～11時30分	20	21
22	23 男の健康料理講座⑥ 午前10時～正午	24 休館日	25	26 今日からはじめる健康体操講座⑩ 午前10時～11時30分	27 男のヨガ講座(後期)① (閉講) 午後1時30分～3時	28
29	30 スポーツボイス講座⑫ 午前10時～11時30分	31 休館日				