

2023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	10	11	12	13	14
	休館日 (スポーツの日)	休館日		今日からはじめる健康体操講座⑨ 午前10時～11時30分	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	日本史探訪講座⑥ 午前10時～正午
15	16	17	18	19	20	21
		休館日		スポーツボイス講座⑪ 午前10時～11時30分	講座受付 (11月スタート・2講座)	
22	23	24	25	26	27	28
	男の健康料理講座⑥ 午前10時～正午	休館日		今日からはじめる健康体操講座⑩ 午前10時～11時30分	男のヨガ講座(後期)① (開講) 午後1時30分～3時	
29	30	31				
	スポーツボイス講座⑫ 午前10時～11時30分	休館日				