

令和7年 自主トレーニング事業月別予定表

8月

文京保健所 保健サービスセンター

	日	月	火	水	木	金	土
日						1	2
時間							基礎コース
						17:30~21:30	13:00~21:30
日	3	4	5	6	7	8	9
時間	9:00~17:30			基礎コース	9:00~12:00		
		13:00~21:30	17:30~21:30	13:00~21:30	17:30~21:30	17:30~21:30	13:00~21:30
日	10	11	12	13	14	15	16
時間	9:00~17:30	9:00~17:30		9:00~21:30			心電図等コース
			17:30~21:30		17:30~21:30	13:00~21:30	13:00~21:30
日	17	18	19	20	21	22	23
時間		館内清掃		基礎コース		9:00~12:00	
			17:30~21:30	13:00~21:30	9:00~21:30		9:00~21:30
日	24	25	26	27	28	29	30
時間	9:00~17:30	9:00~21:30		9:00~21:30		9:00~21:30	9:00~21:30
			17:30~21:30		17:30~21:30		
日	31						
時間	9:00~17:30						

 自主トレーニングのできる時間

 自主トレーニングのできない時間