

令和7年 自主トレーニング事業月別予定表				11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				
時間							9:00～21:30				
日	2	3	4	5	6	7	8				
時間	9:00～17:30	9:00～17:30		基礎コース	9:00～12:00						
				13:00～21:30			13:00～21:30				
			17:30～21:30		17:30～21:30	17:30～21:30					
日	9	10	11	12	13	14	15				
時間	9:00～17:30			9:00～21:30			心電図等コース				
		13:00～21:30					13:00～21:30				
			17:30～21:30		17:30～21:30	17:30～21:30					
日	16	17	18	19	20	21	22				
時間	9:00～17:30	館内清掃	9:00～12:00	基礎コース	9:00～21:30						
				13:00～21:30			13:00～21:30				9:00～21:30
			17:30～21:30								
日	23	24	25	26	27	28	29				
時間		9:00～17:30		9:00～21:30			基礎コース				
			13:00～21:30			17:30～21:30	17:30～21:30				13:00～21:30
日	30										
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