

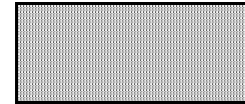
令和8年 自主トレーニング事業月別予定表

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

 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