

令和8年 自主トレーニング事業月別予定表

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

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