

令和7年度 健康増進室インストラクター 配置日カレンダー

【配置時間】

○の日 13：00～15：00
14：00～15：00 軽運動教室

◎の日 18：00～20：00



たかもり しょうた

【インストラクター】 高森 将太 さん

☆都合によりインストラクターが変更になる場合がありますのでご了承ください。

4 月							5 月							6 月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
		1	2 ○	3	4	5					1	2	3	1	2 ×	3	4	5 ○	6	7
6	7 ×	8 ◎	9	10	11	12	4	5	6	7	8 ○	9	10	8	9 ×	10 ◎	11	12	13	14
13	14 ×	15	16 ○	17	18	19	11	12 ×	13 ◎	14	15	16	17	15	16 ×	17	18	19 ○	20	21
20	21 ×	22 ◎	23	24	25	26	18	19 ×	20	21	22 ○	23	24	22	23 ×	24 ◎	25	26	27	28
27	28 ×	29	30				25	26 ×	27 ◎	28	29	30	31	29	30 ×					

7 月							8 月							9 月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 ○	4	5						1	2		1	2	3	4 ○	5	6
6	7 ×	8 ◎	9	10	11	12	3	4 ×	5	6	7 ○	8	9	7	8 ×	9 ◎	10	11	12	13
13	14 ×	15	16	17 ○	18	19	10	11	12 ◎	13	14	15	16	14	15	16	17	18 ○	19	20
20	21	22 ◎	23	24	25	26	17	18 ×	19	20	21 ○	22	23	21	22 ×	23	24	25	26	27
27	28 ×	29	30	31			24	25 ×	26 ◎	27	28	29	30	28	29 ×	30 ◎				
							31													

×印は休館日です

令和7年度 健康増進室インストラクター 配置日カレンダー

【配置時間】

○の日13：00～15：00
14：00～15：00 軽運動教室

◎の日18：00～20：00



たかもり しょうた

【インストラクター】高森 将太 さん

☆都合によりインストラクターが変更になる場合がありますのでご了承ください。

10 月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 ○	3	4
5	6 ×	7 ◎	8	9	10	11
12	13	14	15	16 ○	17	18
19	20 ×	21 ◎	22	23	24	25
26	27 ×	28	29	30	31	

11 月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5 ○	6	7	8
9	10 ×	11 ◎	12	13	14	15
16	17 ×	18	19 ○	20	21	22
23	24	25 ◎	26	27	28	29
30						

12 月

日	月	火	水	木	金	土
	1 ×	2	3 ○	4	5	6
7	8 ×	9 ◎	10	11	12	13
14	15 ×	16	17 ○	18	19	20
21	22 ×	23 ◎	24	25	26	27
28	29 ×	30	31 ×			

1 月

日	月	火	水	木	金	土
				1 ×	2 ×	3 ×
4	5 ×	6	7 ○	8	9	10
11	12	13 ◎	14	15	16	17
18	19 ×	20	21 ○	22	23	24
25	26 ×	27 ◎	28	29	30	31

2 月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ×	3	4 ○	5	6	7
8	9 ×	10 ◎	11	12	13	14
15	16 ×	17	18 ○	19	20	21
22	23	24 ◎	25	26	27	28

3 月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ×	3	4 ○	5	6	7
8	9 ×	10 ◎	11	12	13	14
15	16 ×	17	18 ○	19	20	21
22	23 ×	24 ◎	25	26	27	28
29	30 ×	31				

×印は休館日です

問い合わせ 保健福祉課 保健推進係 ☎0155-53-3000