






松若医院 担当医予定表 (令和5年1月分)

日	曜日	午前診 9:00-12:00	夕診 18:00-20:00	備考
1月1日		年末年始休診日	年末年始休診日	
1月2日	月	年末年始休診日	年末年始休診日	
1月3日	火	年末年始休診日	年末年始休診日	
1月4日	水	年末年始休診日	年末年始休診日	
1月5日	木	松若良介	松若良介	
1月6日	金	松若良介	松若良介	 <p>寒くて外で運動ができない日や雨の日は、室内で体操やストレッチをして体を動かしましょう</p>
1月7日	土	松若良介	年末年始休診日	
1月9日	月	祝日休診	祝日休診	
1月10日	火	松若良介	休診	
1月11日	水	今川先生	年末年始休診日	
1月12日	木	松若良介	松若良介	
1月13日	金	松若良介	松若良介	
1月14日	土	松若良介	年末年始休診日	
1月16日	月	松若良介	松若良介	
1月17日	火	松若良介	松若良介	
1月18日	水	松若良介	年末年始休診日	
1月19日	木	松若良介	松若良介	
1月20日	金	松若良介	松若良介	
1月21日	土	保木先生	年末年始休診日	
1月23日	月	松若良介	松若良介	
1月24日	火	松若良介	休診	
1月25日	水	今川先生	年末年始休診日	
1月26日	木	松若良介	松若良介	
1月27日	金	松若良介	松若良介	
1月28日	土	松若良介	年末年始休診日	
1月30日	月	松若良介	松若良介	
1月31日	火	松若良介	休診	

松若医院 担当医予定表 (令和5年2月分)

日	曜日	午前診	夕診	備考
		9:00-12:00	18:00-20:00	
2月1日	水	今川先生	/	 <p style="text-align: center; font-size: 1.2em;">毎年恒例ですが、代表的なロコトレを紹介します。</p>
2月2日	木	松若良介	松若良介	
2月3日	金	松若良介	松若良介	
2月4日	土	保木先生	/	
2月6日	月	松若良介	松若良介	
2月7日	火	松若良介	休診	
2月8日	水	今川先生	/	
2月9日	木	松若良介	松若良介	
2月10日	金	松若良介	松若良介	
2月11日	土	祝日休診	/	
2月13日	月	松若良介	松若良介	
2月14日	火	松若良介	松若良介	
2月15日	水	松若良介	/	
2月16日	木	松若良介	松若良介	ロコトレ:その1
2月17日	金	松若良介	松若良介	
2月18日	土	松若良介	/	開眼片脚立ち
2月20日	月	松若良介	松若良介	
2月21日	火	松若良介	休診	
2月22日	水	今川先生	/	
2月23日	木	祝日休診	祝日休診	
2月24日	金	松若良介	松若良介	
2月25日	土	保木先生	/	
2月27日	月	松若良介	松若良介	
2月28日	火	松若良介	休診	1分間ずつ左右交互に3回やりましょう