

令和7年2025年10月

予定表

iikoto メイト ☎0836-21-6665

| 日                                                                                                                   | 月                                                                                                                   | 火                                                            | 水                                                                                                                                                     | 木                                                                             | 金                        | 土                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                     |                                                                                                                     |                                                              | 1 絵手紙の日<br>9:30~11:30                                                                                                                                 | 2 スクエアステップ<br>県民元気アップ体操<br>9:00~10:30                                         | 3 ものづくりの日<br>9:30~11:30  | 4 PCクラブ<br>10:00~11:30                                                                                                                        |
| 5                                                                                                                   | 6 メンバー会議<br>10:00~11:30                                                                                             | 7                                                            | 8 メイト保健室<br>健康・介護・何でも相談<br>体調チェック<br>10:00~11:30                                                                                                      | 9 スクエアステップ<br>県民元気アップ体操<br>9:00~10:30<br>・衣服のリフォーム<br>13:30~16:00             | 10 ものづくりの日<br>9:30~11:30 | 11 <br>メイト食堂<br>ランチ定食<br>11:00~12:30 要予約<br>12:30 オーダーストップ |
| 12 お笑いヨガ<br>10:00~11:30<br> 会費 300円 | 13 スポーツの日<br>芋ほり<br>               | 14 作業療法士の<br>・ぼちぼち体操<br>10:00~11:30<br>・大正琴<br>14:00~16:00   | 15 食堂 MT<br>9:30~11:30                                                                                                                                | 16 ・シニア健やか<br>プログラム<br>脳に iikoto 療法<br>9:00~10:30<br>・衣服のリフォーム<br>13:30~16:00 | 17 ものづくりの日<br>9:30~11:30 | 18 PCクラブ<br>10:00~11:30                                                                                                                       |
| 19                                                                                                                  | 20 なでしこクラブ<br>新庁舎食堂<br>で昼食<br>    | 21 介護福祉士の<br>・チェアピクス<br>10:00~11:30<br>・絵手紙の日<br>13:30~15:30 | 22                                                               | 23 スクエアステップ<br>県民元気アップ体操<br>9:00~10:30<br>大正琴ボランティア演奏<br>13:30~               | 24 ものづくりの日<br>9:30~11:30 | 25 PCクラブ<br>10:00~11:30                                                                                                                       |
| 26                                                                                                                  | 27 再登場<br>歌の日<br><br>10:00~11:30 | 28 ・ゆうゆう会<br>則貞自治会館<br>10:00~11:00<br>・大正琴<br>14:00~16:00    | 29 メイト食堂<br>持ち帰り夕食<br>17:00~18:30 要予約<br>ハロウィンイベント<br>16:00~<br> | 30 スクエアステップ<br>フットケアの日<br>9:00~11:00                                          | 31 ものづくりの日<br>9:30~11:30 |                                                          |

iikoto メイト ホームページ

<http://www7b.biglobe.ne.jp/~iikoto/>

宇都市則貞4丁目19-26

0836-21-6665

iikoto メイト(いいことめいと)