

令和 8 年 2026 年 2 月

予 定 表

iikoto メイト ☎0836-21-6665

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 絵手紙の日 9:30~11:30	5 スクエアステップ 県民元気アップ体操 9:00~10:30	6 ものづくりの日 9:30~11:30	7 PCクラブ 10:00~11:30
8 お笑いヨガ 10:00~11:30 会費:300円 	9 音楽いろいろ ♪  9:30~11:00	10 作業療法士の ・ぼちぼち体操 10:00~11:30 ・大正琴 14:00~16:00	11 メイト保健室 健康・介護・何でも相談 体調チェック 10:00~11:30	12 スクエアステップ 県民元気アップ体操 9:00~10:30 (学生参加) ・衣服のリフォーム 13:30~16:00	13 ものづくりの日 9:30~11:30	14  メイト食堂 ランチ定食 11:00~13:00 要予約 12:30 オーダーストップ
15	16 なでしこクラブ 9:30~11:30	17 介護福祉士の ・チェアピクス 10:00~11:30 ・絵手紙の日 13:30~15:30	18 食堂 MT 9:30~11:30	19 ・シニア健やか プログラム 料理教室 9:00~11:30 ・衣服のリフォーム 13:30~16:00	20 ものづくりの日 9:30~11:30	21 PCクラブ 10:00~11:30
22	23	24 ・ゆうゆう会 則貞自治会館 (学生参加) ・大正琴 14:00~16:00	25  メイト食堂 持ち帰り夕食 17:00~18:30 要予約	26 スクエアステップ フットケアの日 9:00~11:00 大正琴ボランティア 14:00~15:00	27 ものづくりの日 9:30~11:30	28 PCクラブ 10:00~11:30



iikoto メイト ホームページ

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


宇部市則貞4丁目19-26

0836-21-6665

iikoto メイト(いいことめいと)