

2023（令和五年）5月 リカバリーしりべし予定表 ☎23-7360

月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7
自由活動	午後:おやつ作り 【コーヒーゼリー】 (13:00~)	憲法記念日	みどりの日	こどもの日		
8	9	10	11	12	13	14
午前:昼食交流会(ちらし寿司) 午後:DVD鑑賞会 (ターミネーターI)	午後:プランター花植え	自由活動	午後:メンバーミーティング	午前:パソコン教室 (希望者のみ)		
15	16	17	18	19	20	21
自由活動	午後:当事者研究	自由活動	出張リカバリー (赤井川村:11:00出発) ◎この日は終日閉所します。	午前:パソコン教室 (希望者のみ)		
22	23	24	25	26	27	28
午前:みんなの料理教室 【ミルフィーユカツ定食】 (10:00~)	午後1:卓球/ラジオ体操 午後2:地域のゴミひろい	自由活動	午前:外出活動 (小樽・ニトリ美術館) 【10:00出発】※中止:仁木町 ◎この日は終日閉所します。	午前:パソコン教室 (希望者のみ)		
29	30	31				
自由活動	午後:当事者研究	自由活動				

【お願いとお知らせ】

○リカバリーでは感染予防のため、引き続き利用者の皆様に①マスクの着用、②来所前の自宅での検温（37度以上の微熱がある場合や体調不良の時は来所を控えていただいております）、③来所時の検温・手の消毒・手洗いをお願いしています。またリカバリーで食事をする時は対面を避けて座ることや黙食をお願いしています。いずれもすべてのメンバーさんが安心安全に過ごすことができるための取り組みです。ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

2日（火）は「おやつ作り」です。今回は『コーヒーゼリー』です。参加費は実費。申込は1日まで。

8日（月）は「昼食交流会」です。今回は『ちらし寿司』をつくります。参加費は400円です。申込は7日まで。

8日（月）は「DVD鑑賞会」です。午後から「ターミネーターI」を観ます。申込不要。いっしょに楽しみましょう！

9日（火）は「プランター花植え」です。午後に集合し、今年もまちのホームセンターに行って、植えたい花をえらんでもらいます。参加申し込み不要。

18日（木）は「出張リカバリー（赤井川村）」の1回目です。昼食を食べて午後から赤井川村の方と交流します。締切は15日まで。※終日閉所です。

22日（月）は「みんなの料理教室」です。今回は『ミルフィーユカツ定食』をつくります。参加費は400円。申込は19日まで。

25日（木）は「外出活動」です。10時にリカバリー集合。『小樽のニトリ美術館』に行きます。小樽で外食します。定員は9名。申込は22日まで。

▼地域の新型コロナウイルスの感染状況によっては、イベント・活動の中止や、一時的にリカバリーを閉所することもありますのでご承知おきください。

◎リカバリーは平日、通常通りスタッフがおりますので、お電話でのご相談も対応します。困りごと、心配事がある方は気軽にお電話下さい。