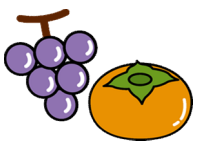


2025（令和7年）10月 リカバリーしりべし予定表 ☎23-7360

月	火	水	木	金	土	日
		1 自由活動	2 午後: DVD鑑賞会 【ステップアップ】	3 午前: パソコン教室 (希望者のみ)	4	5
6 自由活動	7 午前: 室蘭のピアサポーターとの交流会 (11時～13時)	8 自由活動	9 午前: みんなの料理教室 【カレーそば】 (10:00～)	10 午前: パソコン教室 (希望者のみ)	11	12
13 スポーツの日	14 午前: 昼食交流会 【焼魚定食】	15 自由活動	16 出張リカバリー 積丹町11:00出発 ◎この日は終日閉所します。	17 午前: パソコン教室 (希望者のみ)	18	19
20 午後: 当事者研究	21 午前: まごころランチ 【中華丼】 午後: メンバーミーティング	22 自由活動	23 外出活動 (神恵内村りゅうじん温泉) 定員10名 10時出発 15時戻る	24 自由活動	25	26
27 午後: おやつ作り 【お月見団子】 (13:00～)	28 午後: 当事者研究	29 午後: 茶話会	30 自由活動	31 午前: パソコン教室 (希望者のみ)		

【お願いとお知らせ】

○リカバリーでは感染予防のため、マスクの着用をお願いしています。また、来所前の自宅での検温において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います。なお、来所時の検温・手の消毒・手洗いは、引き続き予防の観点からけいぞくします。リカバリーを利用される方が安心して過ごせるように、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

2日（木）の午後はDVD（ステップアップ）を観ます。申し込み不要。楽しみましょう！

9日（木）は「みんなの料理教室」です。今回は『カレーそば』をつくります。参加費は400円。申込は8日まで。

14日（火）は午前に「昼食交流会（焼魚定食）」です。参加費400円。申し込み10日まで。

16日（木）は「出張リカバリー（積丹町）の4回目」です。昼食を食べて午後から積丹町の方と交流します。締切は14日まで。※終日閉所です。

21日（火）の午前は「まごころランチ」です。今回は『中華丼』をつくります。参加費400円。申込は20日まで。

23日（木）は「外出活動」です。10時出発 行き先は『神恵内村・りゅうじん温泉』です。定員10名（抽選）申込は21日まで ※一日閉所

27日（月）「おやつ作り」です。今回は「お月見団子」を作ります。参加費は実費 申し込みは24日まで

29日（水）は「茶話会」です。午後からまったりとおしゃべりしませんか？申込不要。お菓子・飲物は各自必要な方は持参して下さい。

◎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。