






2026（令和8年）2月 リカバリーしりべし予定表 ☎23-7360

					土	日
2	3	4	5	6	7	8
自由活動	自由活動	午後:当事者研究	午前:まごころランチ (恵方巻)	午前:パソコン教室 (希望者のみ)		
9	10	11	12	13	14	15
午前:昼食交流会 (三色丼) (10:00~)	午後:外出活動 (しまむら・ケースデンキなど) (13:00~)	建国記念の日	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。	午前:パソコン教室 (希望者のみ)		
16	17	18	19	20	21	22
午前:みんなの料理教室 (キムチ鍋)	午後:当事者研究	午後:茶話会	午後:DVD鑑賞会 【シンゴジラ】	午前:パソコン教室 (希望者のみ)		
午後:メンバーミーティング						
23	24	25	26	27	28	
天皇誕生日	午後:おやつ作り (ぱんじゅう)	自由活動	出張リカバリー 仁木町 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)		

【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。

5日（木）は「まごころランチ」です。今回は「恵方巻」を作ります。申込は4日まで。

9日（月）は「昼食交流会（三色丼）」です。参加費400円。申し込み6日まで。

10日（火）は「外出活動」です。13時出発 行き先は『しまむら・ケースデンキなど』です。申込は9日まで

12日（木）は「出張リカバリー（積丹町）の6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10日まで。※終日閉所です

16日（月）は「みんなの料理教室」です。今回は『キムチ鍋』をつくりまします。参加費は400円。申込は13日まで。

19日（木）の午後はDVD（シンゴジラ）を観まします。申し込み不要。楽しみまします！

24日（火）「おやつ作り」です。今回は「ぱんじゅう」を作ります。参加費は実費 申し込みは20日まで

26日（木）は「出張リカバリー（仁木町）の4回目」です。昼食を食べて午後から仁木町の方と交流します。締切は24日まで。※終日閉所です

◎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まします。困りごと、心配事がある方は気軽に電話下さい。