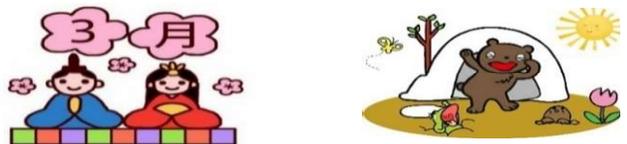


2026（令和8年）3月 リカバリーしりべし予定表 ☎23-7360

月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	日 8	
自由活動	自由活動	自由活動	外出活動 【カラオケバンバン】 12時～14時	午前:パソコン教室 (希望者のみ)			
9 午後:おやつ作り 【ゼリー】	自由活動	自由活動	12 午前:昼食交流会 【おでん】 午後:DVD鑑賞会 【ドラえもん】	13 午前:パソコン教室 (希望者のみ)	14	15	
16 午後:当事者研究	自由活動	自由活動	19 午前:みんなの料理教室 【焼きそば】 午後:メンバーミーティング	20 春分の日	21	22	
23 午後:当事者研究	24 午前:まごころランチ 【グラタン】	25 午後:茶話会	26 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。	27 午前:パソコン教室 (希望者のみ)	28	29	
30 自由活動	31 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、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「外出活動」です。「カラオケバンバン」に行きます。11時50分出発します。締切りは4日までです。

9日（月）は「おやつ作り（ゼリー）」です。参加費は実費です。申し込み6日まで。

12日（木）は「昼食交流会（おでん）」です。参加費は400円です。申し込みは11日までお願いします。

12日（木）の午後はDVD（ドラえもん）を観ます。申し込み不要。楽しみましょう！

19日（木）は「みんなの料理教室（焼きそば）」です。参加費は400円です。申し込みは18日までお願いします。

24日（火）「まごころランチ（グラタン）」です。参加費は400円です。申し込みは23日までお願いします。

26日（木）は「出張リカバリー（赤井川村）の5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25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します。困りごと、心配事がある方は気軽にお電話下さい。