

2021（令和三年）8月 リカバリーしりべし予定表 ☎23-7360

月	火	水	木	金	土	日
2 自由活動 15:30終了ミーティング	3 自由活動 15:30終了ミーティング	4 自由活動 15:30終了ミーティング	5 午後～グループワーク	6 午前～パソコン教室 (希望者のみ) 15:30終了ミーティング	7	1 8
9 山の日	10 昼食交流会(10:00～)	11 午前～パソコン教室 (希望者のみ) 15:30終了ミーティング	12 リカバリー お盆休み	13 リカバリー お盆休み	14	15
16 自由活動 15:30終了ミーティング	17 外出活動(積丹神威岬) 【10:00～15:00】 ※雨天決行	18 自由活動 15:30終了ミーティング	19 午後～当事者研究	20 午前～パソコン教室 (希望者のみ) 15:30終了ミーティング	21	22
23 午前～男の料理教室 メンバーミーティング (14:00～)	24 午後～当事者研究	25 午前～パソコン教室 (希望者のみ) 15:30終了ミーティング	26 午後～黒川町散策	27 自由活動 15:30終了ミーティング	28	29
30 自由活動 15:30終了ミーティング	31 午後～おやつ作り					

【お願いとお知らせ】

○リカバリーでは新型コロナウイルスの感染予防のため、利用者の皆様に①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）、②滞在時のマスクの着用、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・黙食の徹底をお願いしています。あわせて食事以外でもソーシャルディスタンスを確保して、過ごしていただくようお願いいたします。

○調理イベントは感染予防のため、1回の参加定員を4名とします。また調理時の手洗いと消毒の徹底など感染防止策に協力していただきます。

5日（木）は「グループワーク」です。テーマにそって、自分の考えや気持ちを表現し、自分らしく生きるヒントをさがります。

10日（火）は「昼食交流会」です。今回は「冷しゃぶセット（もやし・肉・ごはん等）」をつくりまします。参加費は300円。定員4名。申込は6日まで。

17日（火）は「外出活動（神威岬）」です。10時にリカバリーに集合して、15時に戻ります。定員は7名。申込は11日まで。当日は閉所します。

23日（月）の午前は「男の料理教室」です。今回は「節約メニューにチャレンジ」です。安い食材で何をつくるかを参加者が決定。申込は16日まで。

26日（木）は「黒川町散策」です。リカバリーから歩いて、往復30分程度の散歩をします。行先は当日のお楽しみです！申込不要。

31日（火）は「おやつ作り」です。今回は「フルーチェ」です。参加費は実費。参加者が4名以上の場合は時間をずらして実施。申込は27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。