

# 2021（令和三年）11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 15:30終了ミーティング	2 外出活動(岩内町/泊村) 【10:00~15:00】 ※雨天決行	3 文化の日	4 午後:グループワーク	5 午前:パソコン教室 (希望者のみ) 15:30終了ミーティング	6	7
8 自由活動 15:30終了ミーティング	9 午後:おやつ作り	10 午前:パソコン教室 (希望者のみ) 15:30終了ミーティング	11 午後:DVD鑑賞会 【モンスターハンター】(13:00~)	12 自由活動 15:30終了ミーティング	13	14
15 自由活動 15:30終了ミーティング	16 午前:昼食交流会(10:00~) 午後:メンバーミーティング (13:30~)	17 自由活動 15:30終了ミーティング	18 午後:当事者研究	19 午前:パソコン教室 (希望者のみ) 15:30終了ミーティング	20	21
22 午前:みんなの料理教室 (10:00~)	23 勤労感謝の日	24 午前:パソコン教室 (希望者のみ) 15:30終了ミーティング	25 自由活動 15:30終了ミーティング	26 自由活動 15:30終了ミーティング	27	28
29 自由活動 15:30終了ミーティング	30 午後:当事者研究					

## 【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。

2日（火）は「外出活動（岩内町・泊村）」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9名。申込は1日まで。当日は閉所します。

4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。

9日（火）は「おやつ作り」です。今回は「ボンディング」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5日まで。

11日（木）は「DVD鑑賞会」です。13時から「モンスターハンター」を観ます。申込不要。いっしょに楽しみましょう！

16日（火）は「昼食交流会」です。「炊き込みご飯（キノコとサケ）・みそ汁・おかず」をつくります。参加費は300円。定員4名。申込は12日まで。

16日（火）は13:30～「メンバーミーティング」です。来月のイベントや活動の希望を出し合い、充実した余暇活動をつくっていきましょう！

22日（月）は「みんなの料理教室」です。今回は「豚汁・ごはん」をつくります。参加費は300円。定員4名。申込は19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。