

# 地域活動支援センターあすぴれんと 2015年2月プログラム

2月		午前(10:00~12:00)	午後(13:30~15:30)	備考
1	日	注意力改善プログラム	カラオケ★	場所：シダックス都賀店 午後13時半事務所発 ボランティア：山田さん
2	月	定休日		
3	火	プラ板or絵手紙	節分★	参加費300円くらいです！ボランティア：小畑さん
4	水	定休日		
5	木	お菓子作り★	SST	ボランティア：宇野澤さん
6	金	記憶力改善プログラム	絵画	ボランティア：佐藤さん
7	土	食事会★	グループエンカウンター	場所：赤門都賀店 午前11時事務所発
8	日	ブリーフセラピー	こころの健康教室参加	場所：ハーモニープラザ 午後12時事務所発 ボランティア：山田さん、宇野澤さん
9	月	定休日		
10	火	注意力改善プログラム	うつ病を知ろう！	ボランティア：小畑さん
11	水	定休日		
12	木	風景構成法	のんびりトーク	風景構成法とは、絵を通して自分自身を理解しなおしてみようというプログラムです！ボランティア：藤田さん
13	金	記憶力改善プログラム	トランプ	ボランティア：佐藤さん
14	土	バレンタインデーお菓子作り★	テーマトーク	
15	日	統合失調症を知ろう	カラオケ★	ボランティア：山田さん
16	月	定休日		
17	火	シークラフトor頭の体操	映画鑑賞	ボランティア：小畑さん
18	水	定休日		
19	木	注意力改善プログラム	発達障がいを知ろう！	ボランティア：宇野澤さん
20	金	グループエンカウンター	バスソルト作り	ボランティア：佐藤さん
21	土	記憶力改善プログラム	SST	
22	日	お菓子作り★	大志を語ろう会	ボランティア：藤田さん
23	月	定休日		
24	火	友達100人作ろう！	注意力改善プログラム	友達100人作ろう！はコミュニケーションスキルを上げるプログラムです！ボランティア：小畑さん
25	水	定休日		
26	木	昼食作り★	記憶力改善プログラム	ガスコンロを買ったのでいろいろ作れるようになりました(^^)／
27	金	スプリングフェスティバル準備		ボランティア：佐藤さん
28	土	マスコット作り	2月お誕生日会★	ボランティア：藤田さん

- ※1 プログラムやボランティアは変更になる場合があります。
- ※2 ★マークのついているプログラムには参加費が掛かります（概ね100～300円程度、カラオケ等は店舗の料金設定により異なります。）
- ※3 頭の体操では、クロスワードパズルや間違いさがし等を行います。
- ※4 グループエンカウンターやSSTは、心理学に基づいたコミュニケーション能力向上のためのプログラムです。
- ※5 記憶力改善プログラムや注意力改善プログラムは精神疾患にみられる「認知機能障害」を改善するためのプログラムです。
- ※6 外出するプログラムの際、現地に直接行きたい方は事前にご連絡をお願いします。
- ※7 外出するプログラム（カラオケ、食事会等）の際も事務所は開いております。

地域活動支援センターあすぴれんと

所在地 〒264-0025 千葉県若葉区都賀3-21-9 BKハイツ305号室

問い合わせ 電話番号 070-6406-9981 070-5561-9981 メール aspirant121112@gmail.com

担当者：遠藤 原野（えんどう げんや）

