

# 地域活動支援センターあすぴれんと 2015年4月プログラム

4月	午前(10:00~12:00)	午後(13:30~15:30)	備考
1	水	定休日	
2	木	注意力改善プログラム	SST ボランティア：宇野澤さん
3	金	お菓子作り★	ブリーフセラピー ボランティア：佐藤さん
4	土	ボランティア活動	記憶力改善プログラム 場所：若松高校 参加される方は午前9時10分に事務所に集合してください(^)/ ※午後13時まで事務所閉所しております
5	日	書道	散策orフリートーク 午後13時半事務所発 ボランティア：山田さん
6	月	定休日	
7	火	注意力改善プログラム	パーソナリティ障害を知ろう！ ボランティア：小畑さん
8	水	定休日	
9	木	食事会★orフリートーク	グループエンカウンター ボランティア：宇野澤さん
10	金	友達100人作ろう！	カラオケ★orフリートーク 場所：シダックス都賀店 午前11時事務所発 ボランティア：佐藤さん
11	土	記憶力改善プログラム	お菓子作り★
12	日	囲碁	SST ボランティア：山田さん
13	月	定休日	
14	火	頭の体操orシークラフト	聞き上手になろう！ 聞き上手になろう！は最近よく聞く「傾聴」について学ぶプログラムです(^) ボランティア：小畑さん
15	水	定休日	
16	木	双極性障害 統合失調感情障害を知ろう	頭の体操orシークラフト ボランティア：宇野澤さん
17	金	注意力改善プログラム	雑貨作り(佐藤) ボランティア：佐藤さん
18	土	記憶力改善プログラム	大志を語ろう会
19	日	スポーツ	テーマトーク 場所：千葉県障害者スポレクセンター 午前9時半に事務所から出発です(^) 参加される方は室内用の靴と動きやすい服の用意をお願いします！ ボランティア：山田さん
20	月	定休日	
21	火	昼食作り★	友達100人作ろう！ ボランティア：小畑さん
22	水	定休日	
23	木	室内清掃	注意力改善プログラム ボランティア：宇野澤さん
24	金	マスコット作り	SST ボランティア：佐藤さん
25	土	記憶力改善プログラム	カラオケ★orフリートーク
26	日	統合失調症を知ろう！(山田)	映画鑑賞 ボランティア：山田さん
27	月	定休日	
28	火	販売準備	ロビー販売orフリートーク 場所：若葉保健福祉センター 午後13時15分事務所発 ボランティア：小畑さん
29	水	定休日	
30	木	注意力改善プログラム	4月お誕生日会★ ボランティア：宇野澤さん

※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)

