

# 地域活動支援センターあすぴれんと 2015年5月プログラム

5月		午前(10:00~12:00)	午後(13:30~15:30)	備考
1	金	SST	カラオケ★orフリートーク	場所：シダックス都賀店 午後13時半事務所発
2	土	ボランティア活動	テーマトーク	場所：若松小学校近く 参加される方は9時10分に事務所に集合してください(^^)/ お花の種を植えるボランティアです！
3	日	記憶力改善プログラム	プラ板or絵手紙	ボランティア：山田さん
4	月	定休日		
5	火	頭の体操orシークラフト	友達100人作ろう！	ボランティア：小畑さん
6	水	定休日		
7	木	注意力改善プログラム	SST	ボランティア：宇野澤さん
8	金	食事会★	バスハイクミーティング	場所：赤門都賀店 午前11時事務所発
9	土	東京ドイツ村バスハイク		場所：東京ドイツ村 事務所前の道路から10時にバスが発発するので9時半までに 事務所に集合してください(^^)♪ ボランティア：藤田さん、山田さん
10	日	記憶力改善プログラム	うつ病を知ろう！	
11	月	定休日		
12	火	グループエンカウンター	お菓子作り★	ボランティア：小畑さん
13	水	定休日		
14	木	マスコット作り	ブリーフセラピー	ボランティア：宇野澤さん
15	金	注意力改善プログラム	ハーブバター作り★	ボランティア：佐藤さん
16	土	記憶力改善プログラム	マスコット作り	
17	日	頭の体操orシークラフト	SST	ボランティア：山田さん
18	月	定休日		
19	火	絵画	聞き上手になろう！	ボランティア：小畑さん
20	水	定休日		
21	木	注意力改善プログラム	音楽会	場所：千葉県障害者スポレクセンター 午後13時事務所発 ボランティア：宇野澤さん
22	金	昼食作り★	販売準備	ボランティア：佐藤さん
23	土	室内清掃	カラオケ★orフリートーク	場所：シダックス都賀店 午後13時半事務所発
24	日	記憶力改善プログラム	大志を語ろう会	ボランティア：山田さん
25	月	定休日		
26	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時事務所発 ボランティア：小畑さん
27	水	定休日		
28	木	統合失調症を知ろう！（宇野澤）	マスコット作り	ボランティア：宇野澤さん
29	金	お菓子作り★	ADHDを知ろう！	ボランティア：佐藤さん
30	土	注意力改善プログラム	映画鑑賞	
31	日	書道	5月お誕生日会★	ボランティア：山田さん

※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 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。

※4 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。\*

※5 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。

※6 外出するプログラム（カラオケ、食事会等）の際も原則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）

