

地域活動支援センターあすぴれんと 2016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	金	記憶力改善プログラム	おさらい精神疾患を知ろう!	
2	土	いまさら人に聞けない! 英語	すごろくトーク <i>New!</i>	
3	日	千葉市動物公園散策 (11:00~14:00)		11時事務所発 (以降14時半前後まで事務所閉まっています。) 手帳と昼食代、交通費をご持参ください。
4	月	定休日		
5	火	注意力改善プログラム	販売ミーティング	ボランティア: 小畑さん
6	水	定休日		
7	木	(再) ピアサポーターへの道	傾聴ロールプレイ <i>New!</i>	研修生: 宇野澤さん
8	金	はじめてのSST	メンバー広報誌を作ろう!	ボランティア: 佐藤さん
9	土	筋力トレーニング	精神疾患を知ろう! (総論) -なぜ病識が必要か-	運動着を持ってきてください。
10	日	昼食作り★	プチ認知行動療法	
11	月	定休日		
12	火	注意力改善プログラム	ブリーフセラピー	ボランティア: 小畑さん
13	水	定休日		
14	木	お菓子作り★	第39回大志を語ろう会	研修生: 宇野澤さん
15	金	おさらい精神疾患を知ろう!	自然素材でフック作り <i>New!</i>	ボランティア: 佐藤さん
16	土	グループエンカウンター	ソーシャルワーク入門withG	
17	日	記憶力改善プログラム	SST	
18	月	定休日		
19	火	注意力改善プログラム	カラオケ★	シダックス都賀店 13時半事務所発 ボランティア: 小畑さん
20	水	定休日		
21	木	ボクシング入門	イキイキ生活プロジェクト -避難訓練-	運動着を持ってきてください。 研修生: 宇野澤さん
22	金	記憶力改善プログラム	ボランティア体験 (ゴミ拾い)	ボランティア: 佐藤さん
23	土	食事会★	パニック障害を知ろう!	赤門都賀店 11時事務所発
24	日	フリーペイント	メンバー広報誌を作ろう!	
25	月	定休日		
26	火	販売準備	ロビー販売	ボランティア: 小畑さん
27	水	定休日		
28	木	心理学検定への道	アサーション・トレーニング	研修生: 宇野澤さん
29	金	はじめてのSST	ピアサポーターへの道	
30	土	注意力改善プログラム	4月お誕生日会★	

※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 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。

※4 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 千葉市若葉区都賀3-21-9 BKハイツ305号室

問い合わせ TEL/FAX 043-235-7250 MAIL aspirant121112@gmail.com

担当者: 遠藤原野 (えんどう げんや)

