



10月	朝活 (10:00~10:25)	AM (10:30~12:00)	PM (13:30~15:30)	MEMO	研修生 ボランティア	
1	土	朝礼	SST(上級) <i>New!</i>	臨床心理士試験壮行会★	臨床心理士試験に臨む菊地くんと山田くんを応援しましょう!	山田
2	日	紅茶を楽しもう!	プレイセラピー入門 <i>New!</i>	文集第2巻を作ろう! <i>Rare!</i>		宇野澤
3	月	定休日				
4	火	ラジオ体操◎	おさらい統合失調症を知ろう!	あすびれんとアルバム作り		小畑さん
5	水	定休日				
6	木	あしたのために —避難訓練—	グループエンカウンター	メンバー主催プログラム <i>New!</i> 「しゃぼん玉を描こう!」		込山さん
7	金	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	佐藤さんの手作りプログラム 「ステンシル」		佐藤さん
8	土	ストレッチ◎	ボクシング入門◎	臨床心理福祉研究		山田
9	日	偲ぶ会準備	筑紫秋信次さんを偲ぶ会		シダックス都賀店 10時50分事務所発 カラオケ料金がかかります。	山田、宇野澤
10	月	定休日				
11	火	ラジオ体操◎	販売ミーティング	すぐろくトークング		小畑さん
12	水	定休日				
13	木	スポーツ◎		メンバー広報誌を作ろう!	9時半事務所発(スポレクセンター) 13時20分頃まで事務所開所 体育館シューズを持ってきてください。	込山さん
14	金	ストレッチ◎	筋力トレーニング◎	ミニ講演会 <i>Rare!</i> —精神障がい者および精神疾患患者 への臨床心理学的支援—		佐藤さん
15	土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	メンバー広報誌ふりかえり (進行:遠藤&広報誌リーダー)		宇野澤
16	日	おさらいソーシャルワーク 入門withG		スピーチ練習		
17	月	定休日				
18	火	ラジオ体操◎	プチ認知行動療法	第45回大志を語ろう会		小畑さん
19	水	定休日				
20	木	紅茶を楽しもう!	おさらいうつ病を知ろう!	洋画を観よう! 『最高の人生の見つけ方』		込山さん
21	金	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	メンバー広報誌を作ろう!		
22	土	傾聴ロールプレイ		臨床心理福祉研究		山田
23	日	あすびれんとカフェ★		臨床心理学入門 <i>New!</i>		宇野澤
24	月	定休日				
25	火	いまさら人に聞けない! 臨床心理学(質問タイム)	販売準備	ロビー販売		小畑さん
26	水	定休日				
27	木	スポーツ◎		ソーシャルワーク入門withG	9時半事務所発(スポレクセンター) 13時20分頃まで事務所開所 体育館シューズを持ってきてください。	込山さん
28	金	文集第2巻を作ろう! <i>Rare!</i>		介護体験 <i>New!</i>	長袖の上着(ジャージ等、伸びたり汚れても構 わないもの)を持ってきてください。	佐藤さん
29	土	団体設立4周年記念式典(午前:講演会、午後:食事会★)			午前:9時半~ 市民活動支援センター 午後:12時~13時半 永興(中華料理) 終了後解散 事務所終日閉所	山田
30	日	おさらい パーソナリティ障害を知ろう!		心理学検定への道		宇野澤
31	月	定休日				

※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 ◎マークのついているプログラムには運動着(着替え)をご持参ください。

※4 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。

※5 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びれんと

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 info@npo-aspirant.org

施設長: 遠藤 原野(えんどう げんや)

