

12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	木	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	文集『To Be Continued』 を作ろう! <i>Flare!</i>		込山
2	金	ラジオ体操◎	グループエンカウンター	佐藤さんの手作りプログラム 「バスソルト&デコパージュ」		佐藤さん/込山
3	土	朝礼	パソコン教室	プレイセラピー入門 		
4	日	おさらい精神疾患を知ろう リクエストタイム	おさらい精神疾患を知ろう (リクエスト) 	臨床心理福祉研究		宇野澤
5	月	定休日				
6	火	おさらい自閉症スペクトラムを知ろう! 		第47回大志を語ろう会		小畑さん
7	水	定休日				
8	木	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	フチ認知行動療法 		込山
9	金	ラジオ体操	フォレストクラフト <i>New!</i>	メンバー広報誌を作ろう!		佐藤さん/込山
10	土	紅茶を楽しもう!	双極性障害を知ろう! 初心者  /おさらい 	SST (上級) 		
11	日	おさらい心理学検定への道 		らーめん探訪★		宇野澤
12	月	定休日				
13	火	臨床心理学入門		メンバー主催プログラム —中川さんのもしもし講座 (電話対応)—		小畑さん
14	水	定休日				
15	木	調理準備	昼食作り★	ソーシャルワーク入門withG 		込山
16	金	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	VSスタッフ —じゃんけんトーナメント—		佐藤さん/込山
17	土	スポーツ◎		メンバー広報誌を作ろう!	9:30事務所発 (スポレクセンター) 13:20頃まで事務所閉所 体育館シューズを持ってきてください。	
18	日	天空への臨床心理学的支援 		メンバーリクエスト <i>New!</i> —絵本対決 泣かすのは誰だ—		宇野澤
19	月	定休日				
20	火	ヨガ◎		SST		小畑さん
21	水	定休日				
22	木	おさらい パーソナリティ障害を知ろう! 		今年最後のカラオケ★ —メンバーさん20人で写真を撮ろう!—	シダックス都賀店 13:30事務所発 16:00頃まで事務所閉所	込山
23	金	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	パーソナリティ障害を耕す <i>New!</i> 		佐藤さん/込山
24	土	頭の体操 (間違い探し)	文集『To Be Continued』 を作ろう! <i>Flare!</i>	アドラー心理学入門 <i>New!</i> 		
25	日	紅茶を楽しもう!	心理学検定確認テスト 	クリスマス会★		宇野澤
26	月	定休日				
27	火	4周年記念講演会ビデオ上映		忘年会★		小畑さん
28	水	年末年始休暇			年始1月4日(水)まで閉所。 緊急時のみ info@npo-aspirant.org まで ご連絡ください。  よいお年を! (*^_^*)	
29	木					
30	金					
31	土					

プログラム担当者：遠藤  荒井  菊地  山田  宇野澤 

- ※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 TEL/FAX 043-235-7250 MAIL info@npo-aspirant.org

施設長：遠藤 原野 (えんどう げんや)

