

2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	水	定休日				
2	木	文集『To Be Continued』を仕上げよう!				
3	金	おさらい精神疾患を知ろう!(総論)	スポーツ◎	13:00事務所発(スポレクセンター) 16時頃まで事務所閉所 体育館シューズを持ってきてください。	佐藤さん/込山	
4	土	朝礼	食事会(赤門)★	メンバーブログを作ろう! 	10時50分事務所発(赤門)	
5	日	紅茶を楽しもう!	はにわ作り 	V.Sスタッフ —さきボテ対決—		宇野澤
6	月	定休日				
7	火	おさらい臨床心理学入門 	メンバー主催プログラム —手話—			小畑さん/込山 渡邊Co.
8	水	定休日				
9	木	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	第49回大志を語ろう会		
10	金	ストレッチ	筋カトレーニング◎	名刺を作ろう!		佐藤さん/込山
11	土	シークレットプログラム(13:00-16:30)★			13:00千葉駅東口集合 15:45頃まで事務所閉所 参加費500円 ※何をするか当日まで秘密です!	宇野澤
12	日	ラジオ体操	グループエンカウンター	らーめん探訪★	13:40事務所発	
13	月	定休日				
14	火	紅茶を楽しもう!	販売ミーティング	パーソナリティ障害を耕す		小畑さん/込山
15	水	定休日				
16	木	室内清掃	おさらい パーソナリティ障害を知ろう! 	ソーシャルワーク入門withG 		
17	金	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	ピアサポ会議 New! —実際、これからどうするよ?—		佐藤さん/込山
18	土	SST(上級) 		アドラー心理学入門 		
19	日	POYO'Sキッチン★	おさらい愛着障害を知ろう! 	スタッフ研修fromメンバー		宇野澤
20	月	定休日				
21	火	天空への臨床心理学的支援		自閉症スペクトラムを知ろう!(渡邊)		小畑さん/込山 渡邊Co.
22	水	定休日				
23	木	ストレッチ	ボクシング入門◎	プレイセラピー入門		
24	金	調理準備	昼食作り★	メンバー広報誌を作ろう!		佐藤さん/込山
25	土	頭の体操(間違い探し)	おさらい知的障害を知ろう! 	臨床心理福祉研究		
26	日	紅茶を楽しもう!	フチ認知行動療法 	心理学検定への道 		宇野澤
27	月	定休日				
28	火	販売準備		ロビー販売		小畑さん/込山

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。

あすぴれんと



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)