

3月	朝活 (10:00~10:25)	AM (10:30~12:00)	PM (13:30~15:30)	MEMO	非常勤スタッフ ボランティア/研修生	
1	水	定休日				
2	木	ストレッチ	ヨガ◎	おさらい統合失調症を知ろう! 		
3	金	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	おさらいパーソナリティ障害を知ろう! -境界性パーソナリティ-		佐藤さん/込山
4	土	紅茶を楽しもう! 	グループディスカッション New! 	メンバーブログ『明日葉』を作ろう 		菊地/山田
5	日	ラジオ体操	臨床心理学入門 	シークレットプログラム裏話 		宇野澤
6	月	定休日				
7	火	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	おさらい自閉症スペクトラムを知ろう! (渡邊)		渡邊Co./小畑さん/込山
8	水	定休日				
9	木	室内清掃	マンダラ塗り絵	VSスタッフ -イントロクイズ-		
10	金	いまさら人に聞けない! 臨床心理学(質問タイム)	おさらい双極性障害を知ろう! 	佐藤さんの手作りプログラム -ちぎり絵-		佐藤さん/込山
11	土	出張版ADHDを知ろう! 		第50回大志を語ろう会	スポレクセンター多目的室集合(要事前申込) 13:25頃まで事務所閉所	菊地/山田
12	日	POYO'Sキッチン★	おさらい心理学検定への道 	べてるの家訪問記 		宇野澤
13	月	定休日				
14	火	ラジオ体操	おさらい天空への臨床心理学入門 	メンバークエスト -ねえねえ絵本読んで-		小畑さん/込山
15	水	定休日				
16	木	ストレッチ	筋力トレーニング◎	SST		
17	金	販売ミーティング		パーソナリティ障害を耕す		佐藤さん/込山
18	土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	傾聴ロールプレイ		山田
19	日	SST(上級)		ソーシャルワーク入門withG 		山田
20	月	定休日				
21	火	ラジオ体操	プチ認知行動療法 	おさらいパーソナリティ障害を知ろう! -自己愛性パーソナリティ-		渡邊Co./小畑さん
22	水	定休日				
23	木	紅茶を楽しもう!	ブリーフセラピー	空想!!NPOを作ろう		
24	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!		佐藤さん/込山
25	土	臨床心理福祉研究 		あすぴれんと無差別級王者決定戦 New!		菊地/山田
26	日	講演会参加			※終日事務所閉所	菊地/山田/斎藤/宇野澤
27	月	定休日				
28	火	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	メンバー主催プログラム★ -やきとり(竹田)-		小畑さん/込山
29	水	定休日				
30	木	ストレッチ	ボクシング入門◎	リーダーに学ぶスローライフ New!		
31	金	天空への臨床心理学入門 		文集『To Be Continued』打ち上げ★		佐藤さん/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。

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 info@npo-aspirant.org

施設長：遠藤 原野(えんどう げんや)

