

10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	日	POYO'Sキッチン★	メンバーブログ 『明日葉』を作ろう!	あすびれんとでやりたいこと —宇野澤の場合— /1Wミーティング	小畑さん/宇野澤
2	月	定休日			
3	火	体調ミーティング	臨床心理学入門	メンバーリクエスト —小畑さんぽー	小畑さん
4	水	定休日			
5	木	あしたのために —避難訓練—	あすびれんとでやりたいこと —兼松の場合—	第57回大志を語ろう会	兼松
6	金	頭の体操 —間違え探し—	双極性障害を知ろう!	SST	佐藤さん/込山
7	土	1Wミーティング	メンバーリクエスト —名刺を作ろう!—	あすびれんとでやりたいこと —山田の場合— /17時~夕食作り★	山田
8	日	5周年記念講演会第2弾参加			小畑さん 宇野澤/網代
9	月	定休日			
10	火	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 —臨床心理士資格試験対決—	今回の対決はなんと臨床心理士試験過去問! 小畑さん
11	水	定休日			
12	木	体調ミーティング	みらい企画 —雑誌を作ろう!—	メンバーリクエスト —旗を作ろう!—	小畑さん/兼松
13	金	空想!! あすびれんと総選挙準備 —ポスター作成—		空想!! あすびれんと理事長総選挙立候補者スピーチ	空想の理事長を目指して選挙をしましょう! 自己PRの練習にもなります! 小畑さん 佐藤さん/込山
14	土	紅茶を楽しもう!	あしたのための一般教養 —物理—	Pray for Leader ★ —菊地施設長の合格を願う会—	山田
15	日	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 —パソコンde ハロウィンのチラシを作ろう! (佐藤さん) /1Wミーティング	宇野澤
16	月	定休日			
17	火	販売ミーティング		パーソナリティ障害を耕す	小畑さん
18	水	定休日			
19	木	体調ミーティング	おさらい愛着障害を知ろう!	アンガーマネジメント入門 New!	小畑さん/兼松 大高先生
20	金	ストレッチ	ボクシング入門◎	みらい企画 —雑誌を作ろう!—	小畑さん 佐藤さん/込山
21	土	臨床心理福祉研究		王子のスイーツ×スイーツ	山田
22	日	グループエンカウンター		千葉市民活動フェスタ実行委員会/1Wミーティング	宇野澤
23	月	定休日			
24	火	体調ミーティング	菊地施設長資格マスターへの道 —危険物取扱者編— New!	あすびれんとでやりたいこと —荒井の場合—	小畑さん/渡邊Co.
25	水	定休日			
26	木	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	空想!! あすびれんと理事長総選挙投票&開票	見事理事長に選ばれた方には10P進呈! 小畑さん/兼松
27	金	ストレッチ	筋力トレーニング◎	メンバー広報誌を作ろう!	小畑さん 佐藤さん/込山
28	土	1Wミーティング	天空への臨床心理学的支援	おさらいパーソナリティ障害を知ろう! —シノイドパーソナリティ障害—	
29	日	5周年記念式典(ライブ動画配信&食事会)/千葉市民活動フェスタ実行委員会			山田/小畑さん 斉藤/宇野澤 兼松/網代
30	月	定休日			
31	火	体調ミーティング	かつての苦しみを今なら笑おう —KURUWARA— New!	あすびれんとでやりたいこと —菊地の場合— /17時~夕食作り★	小畑さん/渡邊Co.

プログラム担当者: 菊地 荒井 山田 宇野澤 兼松

- ※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。
- ※6 黄色のマークの引いてある日は19時まで開所いたします。

