

3月	朝 (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/嘱修生	
1	金	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	おさらいしゃかりがくにゅうもん	込山	
2	土	ラジオ体操	あすびれんと年表を作ろう!	臨床心理福祉研究	山田	
3	日	紅茶を楽しもう!	おさらいポケモン入門	おさらいASDを知ろう! / 1Wミーティング	終日ポイント5倍 宇野澤、三浦 岡田	
4	月	定休日				
5	火	頭の体操 —などなど—	おさらいボランティア入門	ハピネスさがしNew!	小畑	
6	水	定休日				
7	木	体調ミーティング	当事者研究	おさらい双極性障害を知ろう!	兼松	
8	金	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	ボクシング入門	佐藤さん、込山	
9	土	紅茶を楽しもう!	グループエンカウンター	心理療法を知ろう! —来談者中心療法—New!	山田、小宮さん	
10	日	ラジオ体操	おさらいパーソナリティ障害を知ろう! —強迫性パーソナリティー—	テーマトーク —来年度の目標— / 1Wミーティング	三浦	
11	月	定休日				
12	火	紅茶を楽しもう!	メンバーブログ「明日葉」 を作ろう!	おごろくトーク	小畑	
13	水	定休日				
14	木	体調ミーティング	パーソナリティ障害を知ろう! —反社会性パーソナリティー—New!	新規メンバーさんを迎えよう! —開わり方— / 1Wミーティング	兼松、小畑さん	
15	金	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	ソーシャルワーク入門withK	込山	
16	土	メンバークエスト —くだおれの旅in千葉駅—★			10時40分事務所発 終日事務所開所	山田
17	日	頭の体操 —間違い探し—	マインドフルネスNew!	第14回大志を語ろう会 / 1Wミーティング	宇野澤、三浦 岡田	
18	月	定休日				
19	火	珠江の部屋	おさらい統合失調症を知ろう!	みらい企画 —雑誌を作ろう—	小畑	
20	水	定休日				
21	木	祝日のため閉所				
22	金	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	ポジティブ心理学	佐藤さん、込山	
23	土	紅茶を楽しもう!	無差別級タイトルマッチ	メンバー主催プログラム 大江さんのグループワーク—柔軟性と協調性を養うかな?—	山田、小宮さん	
24	日	いまさら人に聞けない! 臨床心理学	臨床心理学入門	VSスタッフ —ききお茶対決— / 1Wミーティング	宇野澤、三浦	
25	月	定休日				
26	火	ラジオ体操	おさらい対人援助職入門	委員会活動	10時~19時まで閉所 小畑	
27	水	定休日				
28	木	体調ミーティング	境界性パーソナリティ障害を知ろう!	絵画	兼松、小畑さん	
29	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!	込山	
30	土	頭の体操 —間違い探し—	あすびれんと無差別級タイトルマッチ	のんびりトーク	山田	
31	日	紅茶を楽しもう!	睡眠学New!	お誕生日会(1、2、3月)★ / 1Wミーティング	宇野澤、三浦	

プログラム担当者: 菊地 荒井 山田 宇野澤 兼松 小畑 三浦 込山

- ※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かかります(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。

