



| 1月 | 朝活 (10:00~10:25) | AM (10:30~12:00) | PM (13:30~15:00) | 夕活 (15:00~15:30) | MEMO | 非常勤スタッフ ボランティア 研修生 | |
|-----|---|--------------------------------|---------------------------------------|---------------------|---|--|----|
| 1日 | 年末年始休暇 12月28日(水)~1月4日(水) | | | | | 年末年始のご連絡は緊急時のみ、以下のアドレスまでお願いいたします。 info@npo-aspirant.org ※ご返信が遅れてしまうことがあります。あらかじめご了承ください。 | |
| 2月 | | | | | | | |
| 3火 | | | | | | | |
| 4水 | | | | | | | |
| 5木 | 体調ミーティング | 新年だからコンプリメントショー🎁 | 新年会★ | リラクゼーション | メンバー会長選挙立候補受付開始 | 小畑、中本さん | |
| 6金 | フリータイム | メンバー会からのお知らせ | テーマトークー -お正月にしたこと- | メンバー広報誌を作ろう! | メンバー会長選挙立候補者 ポスター制作&貼り出し (貼り出しの際はスタッフにお声かけください) | 込山 | |
| 7土 | 注意力改善プログラム | 記憶力改善プログラム | テーマトークー -今年の抱負- | 将棋部 -公式戦- | | 込山、石川さん | |
| 8日 | フリータイム | アスペルガー症候群を知らう! | 「楽しい」について😊 | 1Wミーティング | | 小畑(PM)、木内 | |
| 9月 | 定休日 | | | | | | |
| 10火 | 室内清掃&水槽掃除 | シン・臨床心理学入門👩🏻‍🎓 | 心身症を知らう! New! -片頭痛編- | メンバー会 | | 小畑 | |
| 11水 | 定休日 | | | | | | |
| 12木 | 体調ミーティング | メンタルヘルス入門 New! 👩🏻‍🎓 | 大高先生とZOOMで話そう会 | リラクゼーション | メンバー会長選挙立候補受付締切 | 小畑、中本さん | |
| 13金 | フリータイム | 自他を知らう! New! 👩🏻‍🎓 | 地域活動支援センターあすびれんとお誕生日会★ | メンバー会 | | 小畑、込山 | |
| 14土 | 注意力改善プログラム | 記憶力改善プログラム | おごろくトークー | メンバー広報誌を作ろう! | | 込山 | |
| 15日 | フリータイム | 社交不安障害を知らう!👩🏻‍🎓 | 第120回大志を語ろう会 | 1Wミーティング | | 小畑 | |
| 16月 | 定休日 | | | | | | |
| 17火 | 室内清掃&水槽掃除 | メンバー会からのお知らせ | メンバー会長選挙スピーチ | フリータイム | スピーチ後、メンバー会長選挙 投票受付~21日16時締切 | 小畑、石川さん | |
| 18水 | 定休日 | | | | | | |
| 19木 | 体調ミーティング | メンタルヘルス入門👩🏻‍🎓 | 認知症を知らう! New! 👩🏻‍🎓 | リラクゼーション | | | 小畑 |
| 20金 | フリータイム | 上手な話し方 New! 👩🏻‍🎓 | グループディスカッション New! -年賀状は必要?不要?- | フリータイム | | | 込山 |
| 21土 | 注意力改善プログラム | 記憶力改善プログラム | PSWに学ぶ傾聴👩🏻‍🎓 | フリータイム | | 込山 | |
| 22日 | フリータイム | 昼食づくり★👩🏻‍🎓 | 久しぶりにガッツリ病みました -その表出及び傾向と対策に関する考察- | 1Wミーティング | | 小畑 | |
| 23月 | 定休日 | | | | | | |
| 24火 | 室内清掃&水槽掃除 | 境界性パーソナリティ障害への 治療的アプローチ👩🏻‍🎓 | 認知症を知らう!👩🏻‍🎓 | フリータイム | | 小畑 | |
| 25水 | 定休日 | | | | | | |
| 26木 | 体調ミーティング | シン・臨床心理学入門👩🏻‍🎓 | 大高先生とZOOMで話そう会 | リラクゼーション | | 小畑、中本さん | |
| 27金 | フリータイム | エンパティケア (ゲシュタルト療法)👩🏻‍🎓 | PSWに学ぶ発達障害👩🏻‍🎓 | フリータイム | | 込山 | |
| 28土 | 注意力改善プログラム | 記憶力改善プログラム | あすびれんとカフェ★ | 将棋部 -公式戦- | | 込山 | |
| 29日 | フリータイム | アスペルガー症候群を知らう! | 論理的な思考力を育てよう👩🏻‍🎓 | 1Wミーティング | | 小畑 | |
| 30月 | 定休日 | | | | | | |
| 31火 | 室内清掃&水槽掃除 | メンバー会からのお知らせ | TBA | フリータイム | 午後のプログラムは後日発表いたします! | 小畑 | |

プログラム担当者: 菊地👩🏻‍🎓 荒井👩🏻‍🎓 小畑👩🏻‍🎓 込山👩🏻‍🎓 木内👩🏻‍🎓

- ※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。



↑最新情報はYouTubeで
ご確認ください。