



6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 木	体調ミーティング	コンプリメントショー👤	施設長おまかせプログラム	リラクゼーション			
2 金	フリータイム	おさらい演技性パーソナリティ障害を 知ろう！(短期集中講座)👤	第124回大志を語ろう会	メンバー会			
3 土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	大高先生とZOOMで話そう会	フリータイム		込山	
4 日	フリータイム	絵手紙	ACTを知ろう！B👤	1Wミーティング		小畑	
5 月	定休日						
6 火	室内清掃	販売ミーティング👤	ACTを知ろう！A👤	フリータイム		小畑	
7 水	定休日						
8 木	体調ミーティング	筋トレ👤	おさらい自己愛性パーソナリティ障害を 知ろう！(短期集中講座)	リラクゼーション			
9 金	フリータイム	のんびりトレーニング	おさらい境界性パーソナリティ障害を 知ろう！(短期集中講座)👤	マイクラ部			
10 土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	おさらいトーク	フリータイム		込山、石川さん	
11 日	フリータイム	フラ板創作	マイクラであすびれんどの街を作ろう！	1Wミーティング		小畑(PM)	
12 月	定休日						
13 火	水掃除	屋食づくり★	ACTを知ろう！A👤	フリータイム		小畑	
14 水	定休日						
15 木	体調ミーティング	SST(初級)	文学を味わおう！👤	リラクゼーション			
16 金	フリータイム	レジン作り New!	おさらい統合失調症を知ろう！👤	フリータイム			
17 土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	SST	フリータイム		込山	
18 日	フリータイム	販売ミーティング👤	あすびれんどのカフェ★	1Wミーティング		小畑	
19 月	定休日						
20 火	室内清掃	ACTを知ろう！A👤	4、5、6月お誕生日会★	フリータイム		小畑	
21 水	定休日						
22 木	体調ミーティング	おさらいACTを知ろう！B👤	大高先生とZOOMで話そう会	メンバー会			
23 金	フリータイム	マンダラ塗り絵	複雑性PTSDを知ろう！👤	マイクラ部			
24 土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	ACTを知ろう！C👤	メンバー広報紙を作ろ う！		込山	
25 日	フリータイム	屋食づくり★	マイクラであすびれんどの街を作ろう！	1Wミーティング		小畑	
26 月	定休日						
27 火	販売準備		ロビー販売	メンバー広報紙を作ろ う！		小畑、石川さん	
28 水	定休日						
29 木	体調ミーティング	筋トレ👤	社交不安障害を知ろう！👤	リラクゼーション		木内	
30 金	フリータイム	SST(初級)	おさらい双極性障害を知ろう！👤	フリータイム			

プログラム担当: 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。
- ※6 心理教育プログラムは、午前3名、午後5名を最少催行人数とし、それに満たない場合はフリータイムに変更することがあります。



↑最新情報はYouTubeで
ご確認ください。