



PROGRAM to the Next Stage december 2023

12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 金	フリータイム	メンバーブログ「明日葉」を作ろう!	施設長おまかせプログラム	フリータイム			
2 土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	年末年始の思い出	メンバー会		込山、木内	
3 日	フリータイム	赤門食事会★	第130回大志を語ろう会	1wミーティング		小畑、田中	
4 月	定休日						
5 火	室内清掃	昼食づくり★	回復の目標	リラクゼーション		小畑	
6 水	定休日						
7 木	体調ミーティング	短時間集中! 精神疾患を知ろう!	マイクラであすびれんどの街を作ろう!	マイクラ部			
8 金	室内清掃	マンダラ塗り絵	ACTを知ろう! B	ルールミーティング			
9 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	水槽掃除		込山	
10 日	フリータイム	イトコサガシ・ワークショップ	あすびれんとカフェ★	1wミーティング		小畑、田中	
11 月	定休日						
12 火	室内清掃	たいようミーティング	ACTを知ろう! A	リラクゼーション		小畑	
13 水	定休日						
14 木	体調ミーティング	短時間集中! 精神疾患を知ろう!	大高先生とZOOMで話そう会	マイクラ部		金田さん	
15 金	バスハイク 葛西臨海公園						小畑、石川
16 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	水槽掃除		込山	
17 日	フリータイム	レジン作り	すごろくトーク	1wミーティング		小畑、田中	
18 月	定休日						
19 火	室内清掃	昼食づくり★	ACTを知ろう! A	リラクゼーション		小畑	
20 水	定休日						
21 木	体調ミーティング	絵手紙	大掃除	フリータイム		金田さん	
22 金	フリータイム	筋トレ〇	マイクラであすびれんどの街を作ろう!	フリータイム			
23 土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	クリスマス会&忘年会飾りつけ	メンバー会		込山	
24 日	フリータイム	コンパ/メントショー	クリスマス会&忘年会★	1wミーティング		小畑、田中	
25 月	定休日						
26 火	<h2 style="text-align: center;">年末年始休暇</h2> <p style="text-align: center;">1/5(金)まで開所。 ご連絡は緊急時のみ、以下のアドレスに お願いいたします。</p> <p style="text-align: center;">info@npo-aspirant.org</p> <p style="text-align: center;">※ご返信が遅れてしまうことがあります。 ご了承ください。</p>						
27 水							
28 木							
29 金							
30 土							
31 日							

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。
- ※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。



↑あすびれんどのYouTubeです。