

PROGRAM to the Next Stage FEBRUARY 2024

2	A	朝活 (10:00~10:25)	AM (10:30~12:00)	PM (13:30∼15:00)	夕活 (15:00~15:30)	MEMO	非常動スタッフ ボランティア 研修生
1	*	体調ミーティング	メンバープログ「明日葉」を作うう!	第132回大志を語ろう会	フリータイム		
2	£	室内清掃	あすぴれんとのTwitterを作ろう!	ジェスチャーゲーム	フリータイム		
3	±	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	すごろくトーキング	メンバー会		込山
4	B	フリータイム	おさらいうつ病を知ろう!	推しの本とマンガ	1wミーティング		小畑·木内·田中
5	A	定休日					
6	ж	室内清掃	昼食づくり★	統合失調症を知ろう! 2024	リラクセーション		小畑、石川
7	水	定休日					
8	木	体調ミーティング	絵手紙	大髙先生と200Mで話そう会	マイクラ部		金田さん
9	•	フリータイム	SST(初級)	マイクラであすびれんとの街を作ろう!	フリータイム		
10	±	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		泛山
11	B	建国記念日 閉所					
12	A	定休日					
13	×	室内清掃	おさらい境界性パーソナリティ障害 を知ろう!	回復の目標(ジ	リラクセーション		小畑
14	*	定休日					
15	*	体調ミーティング	SST	ACTを知ろう!B	ルールミーティング		
16	≙	フリータイム	筋トレ	おさらいADHDを知ろう!	フリータイム		
17	±	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	メンバー会		泛山
18	B	フリータイム	おさらい双極性障害を知ろう!	近所に新しく出来たラーメン屋が気になるので食べに 行こう	1wミーティング		小畑・田中
19	A	定休日					
20	×	室内清掃	マンダラ塗り絵	ACTを知ろう! A 💮	リラクセーション		小畑
21	*						
22	*	体調ミーティング	レジン作り	大髙先生とZOOMで話そう会	フリータイム		金田
23	•	天皇誕生日 閉所					
24	±	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	コラージュ <i>New!</i> (石川)	フリータイム		込山、石川
25	В	フリータイム	おばたさんぽ	マイクラであすぴれんとの街を作ろう!	マイクラ部		小畑·田中
26	A		1.1	定休日			
27	ж	室内清掃	昼食づくり★	境界性パーソナリティ障害を知ろう!2024 New	リラクセーション		小畑
28	*			定休日			
29	*	体調ミーティング	イイトコサガシ・ワークショップ	あすぴれんとカフェ★	フリータイム		金田さん



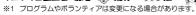












※2 ★マークのついているプログラムには参加費が掛かります(概ね100~300円程度、カラオケ等は店舗の料金設定により異なります。)

※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。



↑あすぴれんとのYouTubeです。

地域活動支援センターあすびれんと 所在地 〒264-0025 千葉市若葉区都賀3-21-9 BKハイツ305号室 問い合わせ TEL/FAX 043-235-7250 MAIL info@npo-aspirant.org

施設長:菊地 快