



PROGRAM to the Next Stage FEBRUARY 2024

2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	メンバーブログ「明日葉」を作ろう!	第132回大志を語ろう会	フリータイム			
2 金	室内清掃	あすびれんとのTwitterを作ろう!	ジェスチャーゲーム	フリータイム			
3 土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	すごろくトーク	メンバー会		込山	
4 日	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 月	定休日						
6 火	室内清掃	屋食づくり★	統合失調症を知ろう! 2024 🐶	リラクゼーション		小畑、石川	
7 水	定休日						
8 木	体調ミーティング	絵手紙	大高先生とZOOMで話そう会	マイクラ部		金田さん	
9 金	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 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 🧑	水権掃除		込山	
11 日	建国記念日 閉所						
12 月	定休日						
13 火	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 🧑	リラクゼーション		小畑	
14 水	定休日						
15 木	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 金	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 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 🧑	メンバー会		込山	
18 日	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 月	定休日						
20 火	室内清掃	マンダラ塗り絵	ACTを知ろう! A 🧑	リラクゼーション		小畑	
21 水	定休日						
22 木	体調ミーティング	レジン作り	大高先生とZOOMで話そう会	フリータイム		金田	
23 金	天皇誕生日 閉所						
24 土	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 日	フリータイム	おぼたさんぽ 🧑	マイクラであすびれんとの街を作ろう!	マイクラ部		小畑・田中	
26 月	定休日						
27 火	室内清掃	屋食づくり★	境界性パーソナリティ障害を知ろう! 2024 <i>New!</i> 🧑	リラクゼーション		小畑	
28 水	定休日						
29 木	体調ミーティング	イトコサガシ・ワークショップ	あすびれんとカフェ★	フリータイム		金田さん	

プログラム担当者: 菊地 🧑 花井 🧑 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。



↑あすびれんとYouTubeです。