



# PROGRAM to the Next Stage AUGUST 2024

8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	あなたの画力はどの程度！？ お絵描き	マインドフルネス瞑想 🧘	フリータイム			
2 金	フリータイム	メンバーブログ「明日葉」を作ろう！	第138回大志を語ろう会	室内清掃		金田さん	
3 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ACTを知ろう！C 🧑	1wミーティング		込山、石川	
4 日	フリータイム	おさらい自閉症スペクトラムを知ろう！	マイクラであすびれんどの街を作ろう！	メンバー会		小畑	
5 月	定休日						
6 火	室内清掃	昼食づくり★	統合失調症を知ろう！2024 🧠	リラクゼーション		小畑	
7 水	定休日						
8 木	体調ミーティング	おさらいマインドフルネス瞑想 🧘	大高先生とZOOMで話そう会	フリータイム		金田さん	
9 金	フリータイム	おさらい名作から学ぼう！ -アドラー心理学-	おさらいACTを知ろう！B 🧑	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	NEW！お気軽ストレッチ	水槽掃除		込山	
11 日	山の日 閉所						
12 月	定休日						
13 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	
14 水	定休日						
15 木	体調ミーティング	レジン作り	マイクラであすびれんどの街を作ろう！	フリータイム			
16 金	フリータイム	絵いどり	アクアリウムを作ってみよう！				
17 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	1wミーティング		込山、石川	
18 日	フリータイム	職業訓練 -マナー講座- 🧑	ずーっと気になっていること、興味のあること 🧑	メンバー会		小畑、木内、田中	
19 月	定休日						
20 火	室内清掃	販売準備 🧑	自分の感情との向き合い方-罪悪感- 🧠	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	フラ板創作	おそろくトーク	フリータイム			
23 金	フリータイム	SST	PSWに学ぶ傾聴 🧑	フリータイム		込山	
24 土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	体験・心理教室 -フィルターを外して世界を覗よう！-	フリータイム			
25 日	フリータイム	あすびれんどのTwitterを作ろう！	テーマトーク-過去と未来-	1wミーティング		小畑、田中	
26 月	定休日						
27 火		販売準備 🧑	ロビー販売	フリータイム		小畑	
28 水	定休日						
29 木	体調ミーティング	目指せ！美文字マスター	名作から学ぼう！-アドラー心理学-	フリータイム			
30 金	フリータイム	筋トレ🏋️	ごはん集中！食事しよう！	フリータイム	午後にご飯を食べます。お昼ごはんを持参してください。	金田さん	
31 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 🧑	フリータイム		込山	

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。