



# PROGRAM to the Next Stage december 2024

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日	フリータイム	メンバーブログ「明日葉」を作ろう!	来年の目標3	メンバー会		小畑、木内	
2月	定休日						
3火	室内清掃	昼食づくり★	第142回大志を語ろう会	リラクゼーション		小畑	
4水	定休日						
5木	体調ミーティング	あすびれんとのTwitterを作ろう!	おさらい演技性パーソナリティを知らう!	水権掃除			
6金	フリータイム	おさらい社会心理学から学ぼう!	マイクラであすびれんとの街を作ろう!	マイクラ部			
7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～「アート」を感じよう!②～	フリータイム		込山、石川	
8日	フリータイム	社会心理学から学ぼう!	レジン作り	1wミーティング		小畑(PM)	
9月	定休日						
10火	室内清掃	職業訓練-マナー講座-	すごろくトーク	リラクゼーション		小畑	
11水	定休日						
12木	バスハイク～東京タワー～					参加者は9時50分までにあすびれんと1階にお集まりください	金田、石川
13金	フリータイム	間違い探し	クリスマス飾りつけ				
14土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	今年の漢字当てクイズ	フリータイム			
15日	フリータイム	ナンプレをやってみよう!	おさらい自己愛性パーソナリティを知らう!	メンバー会		小畑	
16月	定休日						
17火	室内清掃	お気軽ストレッチ	おさらいIACTを知らう!C	リラクゼーション		小畑、込山	
18水	定休日						
19木	体調ミーティング	コワーキング	名作から学ぼう! -アドラー心理学-	フリータイム		金田	
20金	フリータイム	SST	アクアリウムを作ってみよう!			丸山さん	
21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/瞑想しよう会	フリータイム		込山、石川	
22日	フリータイム	おさらいIACTを知らう!B	防災食を作ってみよう!★	1wミーティング		小畑、田中	
23月	定休日						
24火	室内清掃	筋トレO	クリスマスパーティー&お誕生日会(10.11.12月)★	リラクゼーション		小畑	
25水	定休日						
26木	体調ミーティング	絵手紙	マイクラであすびれんとの街を作ろう!	マイクラ部			
27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-	年末大掃除				
28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	
29日	<h2>年末年始休暇</h2> <p>※12月29日(日)～1月8日(水)まで</p>					ご連絡は緊急時のみ、以下のアドレスをお願いいたします。 info@npo-aspirant.org ※ご返信が遅れてしまう場合がございます。予めご了承ください。	
30月							
31火							

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。



↑あすびれんとのYouTubeです。