



# PROGRAM to the Next Stage February 2025

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 土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	のんびりストレッチ	フリータイム		込山、石川	
2 日	フリータイム	おさらい社会心理学から学ぼう!	恵方巻を食べよう! In 部分★	1wミーティング		小畑	
3 月	定休日						
4 火	室内清掃	目指せ! 美文字マスター	今こそ知りたい教養-歴史-	リラクゼーション		小畑	
5 水	定休日						
6 木	体調ミーティング	SST	第143回大志を語ろう会	フリータイム			
7 金	フリータイム	コワーキング	めか漬けを作ってみよう! ~準備編~	水槽掃除	めか漬けて自分で作ってみたいですか?(笑) いざチャレンジ!		
8 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	フリータイム		込山	
9 日	フリータイム	昼食づくり★	まんま受け入れる	1wミーティング		小畑(PM)、木内	
10 月	定休日						
11 火	建国記念の日						
12 水	定休日						
13 木	体調ミーティング	おさらい統合失調症を知ろう!	マイクラであすびれんどの街を作ろう!	マイクラ部			
14 金	フリータイム	社会心理学から学ぼう!	アクアリウムを作ってみよう!			丸山さん	
15 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	フリータイム		込山、石川	
16 日	フリータイム	防災食を作ってみよう! ★	リアル大高の瞑想教室	1wミーティング	いつもはZOOMで参加してくれている大高先生が、この日は事務所に来訪!	小畑、大高、田中	
17 月	定休日						
18 火	室内清掃	赤門食事会	ガーテニング	リラクゼーション	あすびれんと産の野菜を作ってみましょう! 目標は食べることです!	小畑、込山	
19 水	定休日						
20 木	体調ミーティング	まちがいさがし	名作から学ぼう! -アドラー心理学-	フリータイム			
21 金	フリータイム	ACTを知ろう! B	マイクラであすびれんどの街を作ろう!	マイクラ部			
22 土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	今こそ知りたい教養-歴史-	フリータイム			
23 日	天皇誕生日						
24 月	天皇誕生日 振替休日						
25 火	室内清掃	ロビー販売準備	ロビー販売			小畑	
26 水	定休日						
27 木	体調ミーティング	おさらい臨床心理学入門	ZOOMで話そう/瞑想もしよう会	フリータイム		金田	
28 金	フリータイム	筋トレ○	めか漬けを作ってみよう! ~実食編~	水槽掃除	午後はめか漬けを食べるので、ぜひごはんをお持ちください!		

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。