



PROGRAM to the Next Stage SEPTEMBER 2025

9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 月	夏休み				ご連絡は緊急時のみ、以下のアドレスに 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。	
2 火						
3 水						
4 木						
5 金						
6 土						
7 日						
8 月						
9 火						
10 水						
11 木	体調ミーティング	まちがいさがし	大高先生とZOOMで話そう/瞑想しよう会	室内清掃		
12 金	フリータイム	あすびれんとのXを作ろう！	メンバーブログ「明日葉」を作ろう！	水槽掃除		
13 土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	第150回大志を語ろう会	フリータイム		
14 日	フリータイム	すごろくトーク	コラージュ	1wミーティング		込山、石川
15 月	定休日					
16 火	室内清掃	人はなぜ踊るのか？	NEW 身近な制度を知ろう！-年金-	リラクゼーション	このシリーズでは、年金や手帳、福祉制度などについて学んでいきます！	込山
17 水	定休日					
18 木	体調ミーティング	コ・ワーキング	おさらいADHDを知ろう！	フリータイム		
19 金	フリータイム	SST	ルールミーティング	フリータイム	あすびれんどのルールをよくわからないことは、この機会に確認しましょう！	
20 土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	論文を読んでみよう！	フリータイム		
21 日	フリータイム	おさらい 身近な制度を知ろう！-年金-	あすびれんどのについてPart4 一犬志とサポートとは-	1wミーティング		込山、木内
22 月	定休日					
23 火	秋分の日					
24 水	定休日					
25 木	体調ミーティング	私ってすごい？！自慢大会	テーマトーク 私の夢-	フリータイム	自分の夢、目標、大志について、少し未来の自分の事を考えてみよう！	金田
26 金	フリータイム	おさらい統合失調症を知ろう！	名作から学ぼう！-アドラー心理学-	水槽掃除		
27 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		
28 日	フリータイム	グループエンカウンター	リアル大高先生/おもしろ瞑想教室	1wミーティング		小畑、丸山さん
29 月	定休日					
30 火	室内清掃	防災食を作ってみよう！★	おさらいパーソナリティ障害を知ろう！ 一境界性パーソナリティ	リラクゼーション		小畑

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 ◎マークのついてるプログラムには運動着(替替え)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。

地域活動支援センターあすびれんと
所在地 〒264-0025 千葉県若葉区都賀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