



# PROGRAM to the Next Stage, May 2026

5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	金	フリータイム	第158回大志を語ろう会	メンバーログ「明日葉」を作ろう!	フリータイム		
2	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	
3	日	憲法記念日					
4	月	定休日					
5	火	こどもの日					
6	水	定休日					
7	木	体調ミーティング	あすびれんとのおを作ろう!	ミッション① —コントローラーを入手せよ—			
8	金	フリータイム	私ってすごくない? 自慢大会	金魚の水槽を飾ろう!			
9	土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	舞台の向こう側～フルート演奏会のはなし～	フリータイム	フルートの演奏をしてきた込山に、演奏の舞台裏の話聞かせてもらいましょう!	
10	日	フリータイム	AIって何ができるの?	境界性パーソナリティ障害を知ろう!	1wミーティング	小畑(PM)	
11	月	定休日					
12	火	室内清掃	たいようミーティング	おさらい臨床心理学入門	リラクゼーション	防衛機制について第二弾。小畑	
13	水	定休日					
14	木	体調ミーティング	超初心者向け! 精神疾患を知ろう!	大高先生とZOOMで話そう/瞑想もしよう会	フリータイム		
15	金	フリータイム	テッサン	双極性障害を知ろう!	フリータイム		
16	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	
17	日	フリータイム	SST(初級)	チームで課題を乗り越えよう! —にぎやか商店街—	1wミーティング	小畑、丸山さん	
18	月	定休日					
19	火	室内清掃	プロフィール帳を書こう!	おさらいソーシャルワーク入門with K	リラクゼーション	込山	
20	水	定休日					
21	木	体調ミーティング	まちがいさがし	自分を知らう! —私のお金の使い方—	フリータイム		
22	金	フリータイム	おさらい 双極性障害を知ろう!	境界性パーソナリティ障害を知ろう!	フリータイム		
23	土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	推しトーク	フリータイム	込山	
24	日	フリータイム	SST	都賀ウォーキング○	1wミーティング	午後は、町を眺めながら都賀近辺を散歩します。小畑	
25	月	定休日					
26	火	室内清掃	たいようミーティング	防災食を作ってみよう! ★	リラクゼーション	小畑	
27	水	定休日					
28	木	体調ミーティング	昼食づくり★	公園でお昼を食べよう!	フリータイム	昼食づくりで作ったごはんを持って、午後は公園でお昼を食べましょう!	
29	金	フリータイム	超初心者向け! 精神疾患を知ろう!	自分を知らう! —私の症状は○○です—	水槽掃除		
30	土	注意力改善プログラム	記憶力改善プログラム	身近な制度を知ろう! —地域生活支援事業—	フリータイム	地域の特性に即して実施されている事業について話します! 地域も含まれます! 込山	
31	日	フリータイム	ボクシング入門○	大高先生とZOOMで話そう/瞑想もしよう会	1wミーティング	小畑、大高先生	

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。



↑あすびれんとのYouTubeです。