

	月	火	水	木	金	
午前 10:30~	ジブン アカデミア 6月 この色の講座は仮スケ ジュールで内容変更する 可能性があります。	1 就労プログラム 自分らしい働き方って？ 講師 岩嶋寿子さん	2 ゆるゆる体操 身体をゆるめて楽になろう 講師 瀬戸嶋充さん	3 WRAP 元気回復行動プラン ～私は私の専門家～ WRAPファシリテーター きょう子&もんち	4 パソコン講座 初級レベルから 講師 小笠原正久さん	
		コミュニケーション スキルUP 聴く力を身につけよう 講師 (キャリアコンサルタント) 岩嶋寿子さん	自己理解ワークショップ 自分のことをもっと知ろう 講師 (社会福祉士) 鈴木剛さん	音楽をきこう 好きな音楽を持ち寄ろう コーディネーター セキグチさん	こころの元気+を読む メンタルヘルスを深める コーディネーター スタッフ	
午後 13:30~		7 パソコン講座 初心者限定コース 講師 小笠原正久さん	8 WRAP-UP! WRAPをより深めよう コーディネーター 加藤伸輔さん	9 映画観賞会 ココロを扱った 映画を見よう 「遠足」 	10 WRAP 元気回復行動プラン ～私は私の専門家～ WRAPファシリテーター きょう子&もんち	11 ゲームde コミュニケーション アナログゲームで交流 コーディネーター ヤナモトさん
		運営ミーティング よりよい事業運営を 一緒に考えよう!	ピアミーティング フラットな視点の話し合い コーディネーター 加藤伸輔さん	アサーティブ コミュニケーション講座 自分も相手も大事にする 講師 牛島のり子さん	自尊心を育む ワークショップ 感情について学び、育む 講師 (精神保健福祉士) 佐藤たけはるさん	しごとの話をしてみよう 仕事をテーマに語り合う コーディネーター スタッフ
午前 10:30~		14 やさしい認知行動療法 自分のとらえ方のクセ スタッフ	15 就労プログラム 自分らしい働き方 講師 (キャリアコンサルタント) 岩嶋寿子さん	16 ゆるゆる体操 体をゆるめて楽になろう 講師 瀬戸嶋充さん	17 WRAP 元気回復行動プラン ～私は私の専門家～ WRAPファシリテーター きょう子&もんち	18 パソコン講座 初級レベルから 講師 小笠原正久さん
		3色パステルアート 心と脳が喜ぶパステル画 講師 (イラストレーター) 落合祐子さん	これからのキャリア をデザインしよう 自分の中のお宝探し 講師 (キャリアコンサルタント) 岩嶋寿子さん	てつがくカフェ ゆったりな雰囲気哲学対話 てつがくカフェチーム	すべ散歩 アール ブリュット 見学 	マインドフルネス いまここを大切に 講師 野中節子さん
午後 13:30~		21 論理的思考 物事を論理的に考える 講師 永井玲衣さん	22 こころとからだの表現 心と身体をほぐそう 講師 金子しんべいさん	23 音楽をきこう 好きな音楽を持ち寄ろう コーディネーター セキグチさん	24 WRAP 元気回復行動プラン ～私は私の専門家～ WRAPファシリテーター きょう子&もんち	25 BASIC ph 中級① 対処法を広げていく 講師 (臨床心理士) 岡田太陽さん
		美術造形 自分の感性を表現 講師 永野徹子さん	未来をプラスに 生きるお稽古 思考をプラスに転換 講師 友澤伸拓さん	アサーティブ コミュニケーション講座 自分も相手も大事にする 講師 牛島のり子さん	SST (社会生活技能訓練) 他者との関わり工夫 講師 (臨床心理士) 佐藤幸江さん	BASIC ph 中級② 対処法を広げていく 講師 (臨床心理士) 岡田太陽さん
午前 10:30~		28 youtubeの中心で 好きな動画を叫ぶ 好きな動画をシェアしよう 参加者	29 BASIC ph 初級 得意な対処法を理解する 講師 (臨床心理士) 岡田太陽さん	30 ゲームde コミュニケーション アナログゲームで交流 コーディネーター ヤナモトさん	ピア的活動 (参加希望は応相談) 2日	
		当事者研究 生きづらさを研究! コーディネーター (社会福祉士) 斉藤剛さん	アドラー心理学講座 自分と周りを勇気づけよう 講師 (精神保健福祉士) 佐藤たけはるさん	作業療法士による モノ作り講座 いろんなものを作ってみよう 講師 イケヤシロウさん	16日	
午後 13:30~					AIM会場→(10:00~11:30) WRAP元気回復プラン (看護学校の授業の一環で公開講座を行います) スタッフ	