すぺぃろ講座カレンダー

2月

講座の開催時間
午前　10:30 – 12:00
午後　13:30 – 15:00

放課後
15:00 – 16:30
（木曜は16:00まで）

時間＼曜日	月	火	水	木	金
午前 10:30〜12:00				2月1日 予約 WRAP（らっぷ） スタッフ（山本）	2月2日 予約 好きなものについて語ろう！ スタッフチーム
午後 13:30〜15:00				レッツものづくり！ スタッフチーム	すぺぃろカフェ スタッフチーム
放課後					
午前 10:30〜12:00	2月5日 予約 やさしい認知行動療法 スタッフ（山本） （精神保健福祉士）	2月6日 予約 すぺぃろの活かし方 スタッフ（山本） （精神保健福祉士）	2月7日 予約 ゲームdeコミュニケーション すぺぃろメンバー　あやねさん	2月8日 予約 WRAP（らっぷ） スタッフ（山本）	2月9日 予約 カラダとココロをリフレッチ！ スタッフ（鈴木）
午後 13:30〜15:00	3色パステルアート 落合祐子さん （イラストレーター）	美術造形 永野徹子さん （造形作家）	午後2本立て フリースペース　すぺぃろにて アサーティブトレーニング 【初心者】堀内香苗さん （精神保健福祉士）　アイムにて	自尊感情を育むワークショップ 佐藤たけはるさん （精神保健福祉士）	イベント フリースペース　すぺぃろにて 合同イベント 『アナログゲーム』　アイムにて
放課後			生活の知恵講座		
午前 10:30〜12:00	2月12日 予約 YouTubeをみよう！ スタッフチーム	2月13日 予約 グループワークで自分再発見！ 岩嶋寿子さん （キャリアコンサルタント）	2月14日 予約 精神科医のアタマの中 岩谷潤さん （精神科医）	2月15日 予約 WRAP（らっぷ） スタッフ（山本）	2月16日 予約 セラピーカード入門 岡田太陽さん （公認心理師）
午後 13:30〜15:00	未来をプラスに生きるお稽古 友澤伸拓さん （カウンセラー/元鬱病当事者）	ピアミーティング 加藤伸輔さん （ピアサポートグループ在）	スタッフチャンネル スタッフ	当事者”練習” 五十嵐佐京さん （精神保健福祉士）	午後2本立て BASIC PH 初級 岡田太陽さん　すぺぃろにて 映画館へ行こう！ 近隣映画館にて
放課後			すきな動画をみよう！		
午前 10:30〜12:00	2月19日 予約 WRAP（らっぷ） スタッフ（山本）	2月20日 予約 コミュニケーションスキルUP 岩嶋寿子さん （キャリアコンサルタント）	2月21日 予約 押し花講座 中村美和さん	2月22日 予約 SST（えすえすてぃー） 佐藤幸江さん（SST普及協会認定講師・臨床心理士）	2月23日 予約 自分の弱さと手をつなごう 鈴木剛さん（社会福祉士）
午後 13:30〜15:00	生活講座 〜この世の中で人とともにいきるキホンのキ〜 スタッフ（江國）	ゲームdeコミュニケーション すぺぃろメンバー　あやねさん	午後2本立て 趣味の会　すぺぃろにて アサーティブトレーニング 【初中級】堀内香苗さん （精神保健福祉士）　アイムにて	玉川さんのアート講座 玉川宗則さん （アーティスト/元当事者）	カラダとココロをリフレッチ！ スタッフ（鈴木）
放課後	フードバンクお手伝い				
午前 10:30〜12:00	2月26日 予約 こころとからだの表現 金子しんぺいさん （パントマイミスト）	2月27日 予約 BASIC PH（ベーシックピーエイチ）中級 岡田太陽さん（公認心理師）	2月28日 予約 潤さんと深める医療の話 岩谷潤さん （精神科医）	2月29日 予約 WRAP（らっぷ） スタッフ（山本）	
午後 13:30〜15:00	運営ミーティング スタッフチーム	アドラー心理学 佐藤たけはるさん （精神保健福祉士）	オープンダイアローグ オープンダイアローグチーム	午後2本立て 当事者研究　すぺぃろにて 趣味の会　アイムにて	
放課後			推しの会		