

11月プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		ビックブック 勉強会 城間	分かち合い	休み	12&12 いけ	休み
		ヨガ 高木	DVD 鑑賞		AA 断酒会 源	
6	7	8	9	10	11	12
ACL ファーストG 藤田	園芸プログラム 中野	ACOA勉強会 城間	ハーモニカコンサート 根岸地区センター	ミュージック ミーティング	マイヒストリー	休み
リフレクティング 久美子	感情ワーク 島田	ピンポン	DVD 鑑賞	分かち合い	ゲームをやめる会 前田	
13	14	15	16	17	18	19
フルースター横浜フ ロセス依存症セミ ナー参加 午前10～午後4	AAミーティング 内村 写真アートセラピー さをり	ビックブック 勉強会 城間	緑本通読会 たけ	炊き出し 京子メンバー	リンパストレッチ あきこ	休み
		ミュージック ミーティング	CBT 島田	きらきらら のん&きらら	AA 断酒会 源	
20	21	22	23	24	25	26
根岸のお話し 大浜	園芸プログラム 中野	ヨガ 高木	休み	感情ワーク 島田	分かち合い	休み
家族会/阿字観瞑想	伝統 8 ひで	ACOA勉強会 城間		母の物語 相澤・伊藤	ハッピー写経 豊田	
27	28	29	30			
SST 小久保	AC 講義 まこ	ヨガ 高木	CBT 島田			
わたる プログラム	写真アートセラピー さをり	ビックブック 勉強会 城間	健児 プログラム			