

11月プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			分かち合い	12&12スタティ イケ	休み	休み
			ミュージック ミーティング	NAスタティ イケ		
5	6	7	8	9	10	11
アルコールFIRST/G 藤田	発送作業	ビッグフック勉強会 ZOOM 城間	AAミーティング 内村	園芸プログラム 中野	マイヒストリー トミー	休み
リフレクティング 久美子	カラオケ	ヨガ 高木	家族の体験談 直子(オランダ)	自分の心を取り戻すと いうこと/スンジャ	AA・断酒会 源	
12	13	14	15	16	17	18
ふれあい祭り (もちつき) 坂下公園	感情ワーク 島田	マイヒストリー 小林	男女クローズドミ ーティング/スンジャ	CBT 島田	12&12スタティ イケ	休み
	写真アートセラピー さをり	やさしい自己共感 あり	お散歩プログラム はまマーケット	ゲームをやめる会 前田	NAスタティ イケ	
19	20	21	22	23	24	25
わたるプログラム わたる	脳の疲れを癒やすフ ログラム/Safoko	ビッグフック勉強会 城間	園芸プログラム 中野	休み	リンパストレッチ あきこ	休み
阿字観瞑想(14時) /家族会	リハビリ写真館 後藤	イメージタッピング あり	分かち合い はじめ		AA・断酒会 源	
26	27	28	29	30		
マイヒストリー 関谷	1日24時間 やす	マイヒストリー 小林	感情対処とセルフケア 悠	虐待後遺症プログラム まこ		休み
ACについて わか	写真アートセラピー さをり	ヨガ 高木	健児プログラム 健児	愛を求めて依存した とんぜん		
ARM。。オールリハビリミーティング(毎週水曜日午後、神奈川県民サポートセンター)				CBT。。認知行動療法		
ZOOM, ARM, ID 7197799384 パス arm (第1,3月曜日 PM 8:00)				SST 。。ソーシャルスキルトレーニング		