

3月プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
						1
						お休み
2	3	4	5	6	7	8
アルコールFIRST/G 藤田	皆でちらし寿司 /女クロ(スンジヤ)	ヒロシプレゼンツ ヒロシ	依存症の家族から学ぶ 前園	園芸プログラム 中野	NAスタディ イケ	お休み
リフレクティング 久美子	写真アートセラピー さをり	ヨガ 高木	CBT 島田	ゲームをやめる会 前田	ステップと伝統 イケ	
9	10	11	12	13	14	15
わたるプログラム	On tha Rock (ゲーム) 同志社大学生	ヒロシプレゼンツ ヒロシ	木こいプログラム (大家さん家のお庭の木)	YouTube ミーティング	リンバストレッチ あきこ	お休み
だからこそプログラム 難波	分かち合い 同志社大学生	ヨガ 高木	ハコミ あい	AA・断酒会 源	AA・断酒会 源	
16	17	18	19	20	21	22
AAミーティング 内村	ヒロシプレゼンツ ヒロシ	AAミーティング ピカノ	ビッグフック ダイアログ 城間 (公園どうじ)	お休み (祝日)	NAスタディ イケ	お休み
阿字観瞑想 / YRC家族会	写真アートセラピー さをり	ヨガ 高木	GAメッセージ ろく		ステップと伝統 イケ	
23	24	25	26	27	28	29
マイヒストリー しん	AAミーティング 隈井	ビッグフック ダイアログ 城間	お休み	カラオケ	虐待後遺症改善フ口 まこ	AA50周年参加 /分かち合い
ACOA わか	家族メッセージ	ヨガ 高木		ワークショップ ゆうこ	マイヒストリー 早苗	
30	31					
DVD鑑賞	AAミーティング ピカノ					
「狂気から正気へ」 とんぜん	写真アートセラピー さをり					

ARM。。オールリカバリーミーティング (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