

2026年4月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			YRC祭り 作戦会議①	園芸プログラム 中野	12&12スタティ イケ	休み
			AA・断酒会 源	女性クロスドミ ーディング・スンジャ/ 根岸地区センター	NAスタティ イケ	
5	6	7	8	9	10	11
自分を縛るもの とんぜん	AAミーテング 隈井	ヒロシフレゼンツ ヒロシ	CBT 島田	カラオケ	リンパマッサージ あきこ	休み
SST 小久保	写真アートセラピー さをり	ヨガ 高木	AA・断酒会 源	トライフミーテング	AAメッセージ 経験と力と希望	
12	13	14	15	16	17	18
わたるプログラム わたる	ACOA わか	ヒロシフレゼンツ ヒロシ	YRC祭り 作戦会議②	園芸プログラム 中野	12&12スタティ イケ	休み
阿字観瞑想	わかスピ わか	ヨガ 高木	AAメッセージ 加藤	AAメッセージ Vøns	NAスタティ イケ	
19	23	24	25	26	27	28
アルコールファース トグループ 純司	アラティーンの 第4ステップ ナオコ	ピックアップ ダイアログ 城間	マイヒストリー クニ	Youtube ミーテング	虐待後遺症改善 プログラム まこ	休み
リフレクティテング 久美子	写真アートセラピー さをり	ヨガ 高木	コフレプロ コフレ	YRC祭り 作戦会議③	"Yukiko voice" インストラクター	
26	27	28	29	30		
AAミーテング 内村	絵手紙 なべちゃん	ピックアップ ダイアログ 城間	休み	歌声喫茶 ステラバンド		
分かち合い ／家族会	東ティモールの 世界 怜子	ヨガ 高木		マイヒストリー 早苗		
ARM。。オールリカバリーミーテング (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	