



日	月	火	水	木	金	土
			<b>1</b> アディクションミーティング (CG) コラージュ PC講座 (定員あり)	<b>2</b> 月刊ほっとNOWを作ろう こみ☆とれ (10:30まで入室可)	<b>3</b> 雪まつりバザー準備 ギター講座 (定員あり) 朝フラダンス	<b>4</b> アフタヌーンティー準備 アフタヌーンティーを楽しむ DVD鑑賞
			音楽 リラックスヨガ 統合失調症グループ (CG)	リラクセーション SST (CG)	楽器同好会 絵画	
			16:00～発達障害を抱える人のためのグループ (CG)	17:00～脂肪美燃焼&ストレッチ 夕食後～マツ先生のLet's English	15:35～15:55ダイケア向上委員会 16:30～18:00 就労フォローアップグループ 夕食後～ナイトアディクション (CG)	
5	<b>6</b> ソーイング PC講座 (定員あり) ジョブジョブウォーキング	<b>7</b> 月刊ほっとNOWを作ろう 怒りとう付き合うか(B) (CG) お茶 (定員あり)	<b>8</b> アディクションミーティング (CG) PC講座 (定員あり) 雪まつりバザー準備	<b>9</b> 雪まつりバザー準備 こみ☆とれ (10:30まで入室可) new ダンスセラピー	<b>10</b> 雪まつりバザー 	<b>11</b> 建国記念の日 建国記念の日 
	ジグソーパズル SST (CG) 友禅染色 (定員あり)	ギター講座 (定員あり) 陶芸 (定員あり) 14:30～断酒会へ行こう (CG)	音楽 リラックスヨガ 統合失調症グループ (CG)	雪まつりバザー準備 リラクセーション SST (CG)		
	16:00～アディクション学習会 (CG) 16:00～17:30 私の取り扱い説明書forビジネス (CG) 16:50～和deピンポン	16:00～午後4時のつどい (CG) 16:00～怒りとう付き合うか(A)(CG)	16:00～発達障害を抱える人のためのグループ (CG)	夕食後～マツ先生のLet's English	16:30～18:00 就労フォローアップグループ 16:30～女性アディクションミーティング (CG)	
12	<b>13</b> PC講座 (定員あり) ジョブジョブウォーキング	<b>14</b> ストレスとの付き合い 怒りとう付き合うか(B) (CG) 月刊ほっとNOWを作ろう	<b>15</b> アディクションミーティング (CG) 講話～お坊さんと共に語らおう～ PC講座 (定員あり)	<b>16</b> 健美操 こみ☆とれ (10:30まで入室可) 10:00集合フットサル (事前登録制)	<b>17</b> 楽器同好会 ELC (CG)	<b>18</b> カラオケ 和deピンポン
	ガールズGO!GO! (CG) SST (CG) フラワーアレンジメント (定員あり)	ギター講座 (定員あり) 13:50～ヨガ パッティングセンターへ行こう	音楽 リラックスヨガ 統合失調症グループ (CG)	SST (CG) リラクセーション	DVD鑑賞 絵画	
	16:00～アディクション学習会 (CG) 16:00～17:30 私の取り扱い説明書forビジネス (CG) 16:50～和deピンポン 夕食後～GAMミーティング (CG)	16:00～寺子屋ほっと算数 16:00～午後4時のつどい (CG) 16:00～怒りとう付き合うか(A)(CG)	16:00～発達障害を抱える人のためのグループ (CG)	16:00～熱中倶楽部 夕食後～マツ先生のLet's English	夕食後～サマリアミーティング (CG)	
19	<b>20</b> うつち晴れ (CG) PC講座 (定員あり) ジョブジョブウォーキング	<b>21</b> 月刊ほっとNOWを作ろう 怒りとう付き合うか(B) (CG) お茶 (定員あり)	<b>22</b> 羊毛フェルト PC講座 (定員あり) アディクションミーティング (CG)	<b>23</b> こみ☆とれ (10:30まで入室可) 今日何つくる? (定員あり) new ダンスセラピー	<b>24</b> アロマのひととき (定員あり) ELC (オープン)	<b>25</b> ドラムをたたいてみませんか ぱぱっと料理 DVD鑑賞
	美文字を目指そう (ペン字) SST (CG) 友禅染色 (定員あり)	チャレンジ生活健康クラブ 陶芸 (定員あり) 14:30～断酒会へ行こう (CG)	音楽 リラックスヨガ 統合失調症グループ (CG)	リラクセーション SST (CG)	楽器同好会 体育館deスポーツ	
	16:00～アディクション学習会 (CG) 16:00～17:30 私の取り扱い説明書forビジネス (CG) 16:50～和deピンポン	16:00～午後4時のつどい (CG) 16:00～怒りとう付き合うか(A)(CG)	16:00～発達障害を抱える人のためのグループ (CG) 17:00～フィットネス開放	17:00～脂肪美燃焼&ストレッチ 夕食後～マツ先生のLet's English	16:00～LEM 16:30～18:00 就労フォローアップグループ 18:30～AAメッセージ (CG)	
26	<b>27</b> PC講座 (定員あり) ジョブジョブウォーキング	<b>28</b> アイロンビーズ 怒りとう付き合うか(B) (CG) はまなす会 (CG)				
	SST (CG) フラワーアレンジメント (定員あり)	13:50～ヨガ ほっと企画部				
	16:00～アディクション学習会 (CG) 16:00～17:30 私の取り扱い説明書forビジネス (CG) 16:50～和deピンポン 夕食後～GAMミーティング (CG)	16:00～午後4時のつどい (CG) 16:00～怒りとう付き合うか(A)(CG)				