



日	月	火	水	木	金	土
			1 札幌 街ブラ散歩 アディクション ミーティング (CG) 音楽 リラックス ヨガ (定員あり) 統合失調症 グループ (CG) 16:00～発達障害を抱える人のためのグループ(CG)	2 月刊ほっと NOWを作ろう こみ☆とれ (10:30まで入室可) ジャイロ キネシス (定員あり) 12:20集合 フットサル (事前申し込み) 16:00～マツ先生のLet's English 夕食後～GAすずらん(CG)	3 アロマの ひととき 畑 (定員あり) 映画鑑賞 和de ピンポン (定員あり) ヴィーナス ラウンジ (CG) 楽しい アート 16:00～就労フォローアップ 夕食後～ナイトアディクション(CG)	4 寺子屋ほっと (生活) 12:30～ 映画鑑賞
5	6 DJステア ジョブジョブ ウォーキング (屋外) 楽器同好会 14:00～ フラワーアレンジメント (定員あり) ※月に一回のみ参加可能 16:00～ダーツをしよう(定員あり) 16:00～アディクション学習会(CG) 夕食後～GAメッセージ(CG)	7 健美操 コラージュ 12:30集合 ソフトボール 13:50～ 耳つぼ&ヨガ (定員あり) 陶芸 (定員あり) 16:00～午後4時のつどい(CG) 16:00～寺子屋ほっと(算数) 16:00～手話にふれてみよう	8 羊毛 フェルト アディクション ミーティング (CG) 音楽 リラックス ヨガ (定員あり) 統合失調症 グループ (CG) 16:00～発達障害を抱える人のためのグループ(CG)	9 月刊ほっと NOWを作ろう こみ☆とれ (10:30まで入室可) ジャイロ キネシス (定員あり) スクラッチアート 16:00～マツ先生のLet's English 16:00～脂肪美燃焼&ストレッチ 夕食後～GAすずらん(CG)	10 畑 (定員あり) 11:00～ 中国語 講座 断酒会が 来ましたよ (CG) 12:45～ 映画選考 委員会 映画鑑賞 就労支援 プログラム 15:35～15:50デイケア向上委員会 16:00～就労フォローアップ 16:30～女子アディクション(CG)	11 寺子屋ほっと (生活) そんぐす
12	13 ダンス セラピー うつのち 晴れ (CG) ジョブジョブ ウォーキング (屋外) 楽器同好会 SST (CG) 友禅染色 (定員あり) ※月に一回のみ参加可能 16:00～アディクション学習会(CG) 16:00～和deピンポン(定員あり)	14 ソーイング (定員あり) 月刊ほっとNOWを 作ろう 12:30集合 ソフトボール ナイトケアありません	15 美文字を めざそう アディクション ミーティング (CG) 音楽 リラックス ヨガ (定員あり) 統合失調症 グループ (CG) 16:00～発達障害を抱える人のためのグループ(CG) 16:00～寺子屋ほっと(算数)	16 月刊ほっと NOWを作ろう こみ☆とれ (10:30まで入室可) ジャイロ キネシス (定員あり) SST (CG) 16:00～マツ先生のLet's English 夕食後～GAすずらん(CG)	17 アイロン ビーズ 畑 (定員あり) 映画鑑賞 ほとらジ 放送部 楽しい アート 16:00～就労フォローアップ 18:00～札幌ビッグブックメッセージ(CG) 夕食後～ワーカースグループ(CG)	18 ドラムをたたいて みませんか? リズムde脳トレ
19	20 うつのち 晴れ (CG) ジョブジョブ ウォーキング (屋外) DJ ステア SST (CG) 14:00～ フラワーアレンジメント (定員あり) ※月に一回のみ参加可能 16:00～アディクション学習会(CG) 夕食後～GAメッセージ(CG)	21 アイロンビーズ 森田療法的 ストレスとの お付き合い 12:30集合 ソフトボール 13:50～ 耳つぼ&ヨガ (定員あり) 陶芸 (定員あり) 16:00～午後4時のつどい(CG) 16:00～寺子屋ほっと(算数) 16:00～怒りとうどう付き合うか(CG)	22 10:30～ 人付き合いを 考えよう アディクション ミーティング (CG) 音楽 リラックス ヨガ (定員あり) 統合失調症 グループ (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 16:00～和deピンポン(定員あり)	23 健美操 こみ☆とれ (10:30まで入室可) 12:30集合 フットサル ジャイロ キネシス (定員あり) SST (CG) 16:00～マツ先生のLet's English 16:00～脂肪美燃焼&ストレッチ 夕食後～GAすずらん(CG)	24 10:00～ いきいき クラブ 畑 (定員あり) 映画鑑賞 ほっとde ちょっとだけ カーブス 16:00～就労フォローアップ 夕食後～AAつくしメッセージ(CG)	25 寺子屋ほっと (生活) ぐるぐるハングル (韓国語)
26	27 ダンス セラピー うつのち 晴れ (CG) ジョブジョブ ウォーキング (屋外) 写真で あの頃を 語ろう 友禅染色 (定員あり) ※月に一回のみ参加可能 16:00～アディクション学習会(CG) 16:00～和deピンポン(定員あり)	28 気功de歩こう スクラッチ アート 12:30集合 ソフトボール ダーツを しよう (定員あり) 楽器 同好会 16:00～午後4時のつどい(CG) 16:00～怒りとうどう付き合うか(CG) 16:00～手話にふれてみよう	29 札幌 街ブラ散歩 アディクション ミーティング (CG) 音楽 リラックス ヨガ (定員あり) 統合失調症 グループ (CG) ナイトケアありません	30 羊毛 フェルト こみ☆とれ (10:30まで入室可) 美文字を めざそう ジャイロ キネシス (定員あり) SST (CG) 16:00～マツ先生のLet's English 16:00～ダーツをしよう(定員あり) 夕食後～GAすずらん(CG)		

※月の初めに必ず保険証の確認させてください。