



日	月	火	水	木	金	土									
1	うつのち 晴れ (CG)	ジョブジョブ ウォーキング (屋外)	2 健美操 美文字を めざそう	3 楽器 同好会 アディクション ミーティング (CG)	4 月刊ほっと NOWを作ろう こみ☆とれ (10:30まで入室可)	5 アイロン ビーズ 畑 (定員あり)	6 そんぐす ちよっとだけ アニメを見よう								
	スクラッチ アート	SST (CG)						12:30集合 ソフトボール	13:50~ 耳つぼ&ヨガ (定員なし)	音楽	リラックス ヨガ (定員あり)	統合失調症 グループ (CG)	12:20集合 フットサル (事前申込)	ジャイロ キネシス (定員あり)	SST (CG)
16:00~和deピンポン(定員あり)		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~発達障害を抱える人のためのグループ(CG)		16:00~マツ先生のLet's English 16:00~脂肪美燃焼&ストレッチ 16:00~薬物ミーティング(CG) 夕食後~GAすずらん(CG)		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)							
7	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)	9 ソーイング (定員あり) 月刊ほっと NOWを作ろう	10 楽器 同好会 アディクション ミーティング (CG)	11 山の日 	12 畑 (定員あり) 美文字を めざそう 10:30~ 断酒会が 来ましたよ (CG)	13 ドラムをたたいて みませんか? リズムde 脳トレ ぐるぐる ハングル (韓国語)							
	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	12:30集合 ソフトボール						陶芸 (定員あり)	音楽	リラックス ヨガ (定員あり)	統合失調症 グループ (CG)	森田療法的 ストレッチの お付き合い	12:45~ 映画選考 委員会	映画 鑑賞
16:00~ダーツをしよう(定員あり) 夕食後~GAメッセージ(CG)		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~発達障害を抱える人のためのグループ(CG) 16:00~和deピンポン(定員あり)		16:00~マツ先生のLet's English 夕食後~GAすずらん(CG)						16:00~就労フォローアップ 夕食後~ワークスグループ(CG)			
14	スクラッチ アート	ジョブジョブ ウォーキング (屋外)	16 札幌 街ブラ散歩 月刊ほっと NOWを作ろう	17 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)	18 月刊ほっと NOWを作ろう こみ☆とれ (10:30まで入室可)	19 ほっとde ちよっとだけ カーブス 畑 (定員あり)	20 映画鑑賞 中国語講座								
	DJ ステア	SST (CG)						友禪染色 (定員あり) ※月に一回のみ参加可能	楽器同好会	アイロン ビーズ	音楽	リラックス ヨガ (定員あり)	統合失調症 グループ (CG)	羊毛 フェルト	ジャイロ キネシス (定員あり)
16:00~手話にふれてみよう		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~発達障害を抱える人のためのグループ(CG)		16:00~マツ先生のLet's English 夕食後~GAすずらん(CG)						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~ワークスグループ(CG)			
21	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)	23 コラージュ 札幌 街ブラ散歩	24 スクラッチ アート アディクション ミーティング (CG)	25 健美操 こみ☆とれ (10:30まで入室可)	26 10:00~ いきいき クラブ 畑 (定員あり)	27 映画鑑賞 映画鑑賞							
	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						12:30集合 ソフトボール	陶芸 (定員あり)	音楽	リラックス ヨガ (定員あり)	統合失調症 グループ (CG)	12:20集合 フットサル (事前申込)	ジャイロ キネシス (定員あり)
16:00~和deピンポン(定員あり) 夕食後~GAメッセージ(CG)		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~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~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) 夕食後~薬物ミーティング(CG)						16:00~就労フォローアップ 18:00~AAつくしメッセージ(CG)			
28	うつのち 晴れ (CG)	ジョブジョブ ウォーキング (屋外)	30 気功de歩こう アイロン ビーズ	31 楽器 同好会 アディクション ミーティング (CG)	32 スクラッチ アート アディクション ミーティング (CG)	33 スクラッチ アート アディクション ミーティング (CG)	34 スクラッチ アート アディクション ミーティング (CG)	35 スクラッチ アート アディクション ミーティング (CG)							
	写真で あの頃を 語ろう	SST (CG)							友禪染色 (定員あり) ※月に一回のみ参加可能	12:30集合 ソフトボール	13:50~ 耳つぼ&ヨガ (定員なし)	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~ダーツをしよう(定員あり)		16:00~和deピンポン(定員あり) 16:00~午後4時のつどい(CG)		16:00~手話にふれてみよう											