



日	月	火	水	木	金	土
30	31 ダンスセラピー うつのち晴れ (CG) 友禪染色 (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)					1 11:00～ 寺子屋ほっと (生活) ほっと名画座
2	3 ジョブジョブウォーキング (屋外) 札連運スポーツ大会 (事前登録制) 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～和deピンポン (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)	4 札幌街ブラ散歩 月刊ほっとNOWを作ろう 13:50～耳つぼ&ヨガ 陶芸 (定員あり)	5 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)	6 月刊ほっとNOWを作ろう こみ☆とれ (10:30まで入室可) 12:20集合フットサル ジャイロキネシス (定員あり) SST (CG)	7 健美操 楽器同好会 ほっと名画座 12:45～映画選考委員会 ヴィーナ斯拉ウンジ (CG)	8 そんぐす 中国語講座
9	10 スポーツの日 	11 10:30～人付き合いを考えよう 月刊ほっとNOWを作ろう 楽器同好会 12:30集合ソフトボール 16:00～午後4時のつどい (CG) 16:00～寺子屋ほっと (算数)	12 スクラッチアート 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)	13 アイロンビーズ こみ☆とれ (10:30まで入室可) DJステア ジャイロキネシス (定員あり) SST (CG)	14 畑 (定員あり) ほっとdeちょっとだけカーブス 楽しい絵画 16:00～就労フォローアップ 18:30～女子アディクション (CG)	15 11:00～ 寺子屋ほっと (生活) ちよっとだけアニメを見よう
16	17 ダンスセラピー うつのち晴れ (CG) 友禪染色 (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) 夕食後～GAメッセージ (CG)	18 ソーイング 月刊ほっとNOWを作ろう 12:30集合ソフトボール 陶芸 (定員あり) 13:50～耳つぼ&ヨガ	19 札幌街ブラ散歩 アディクションミーティング (CG) 美文字をめざそう リラックスヨガ (定員あり) 統合失調症グループ (CG)	20 DJステア こみ☆とれ (10:30まで入室可) 12:20集合フットサル ジャイロキネシス (定員あり) SST (CG)	21 アイロンビーズ 10:30～断酒会が来ましたよ (CG) 森田療法的ストレスとの付き合い ほっと名画座 摂食障害のグループ 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)	22 11:00～ 寺子屋ほっと (生活) ぐるぐるハンゲル (韓国語) ～大同病院と交流会～
23	24 うつのち晴れ (CG) 写真であの頃を語ろう 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) 16:00～手話にふれてみよう	25 コラージュ アイロンビーズ 気功de歩こう 12:30集合ソフトボール ナイトケアありません	26 DJステア 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)	27 健美操 こみ☆とれ (10:30まで入室可) スクラッチアート ジャイロキネシス (定員あり) SST (CG)	28 10:00～いきいきクラブ 楽器同好会 ほっと名画座 ほとラジ放送部 楽しい絵画 16:00～就労フォローアップ 18:00～AAつくしメッセージ (CG)	29 ドラムをたたいてみませんか? リズムde脳トレ

※月の初めに必ず保険証の確認させてください。