



日	月	火	水	木	金	土
6	 うつわのち晴れ (CG) ジョブジョブウォーキング (屋外) SST (CG) ウノやトランプをしよう 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～アデクション学習会 (CG) 16:00～手話にふれてみよう 夕食後～GAメッセージ (CG)	1 美文字をめざそう DJステア 13:50～耳つぼ&ヨガ アイロンビーズ 16:00～午後4時のつどい (CG)	2 楽器同好会 アデ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)	3 文化の日 16:00～就労フォローアップ 16:00～脂肪美燃焼&ストレッチ 夕食後～ナイトアデクション (CG)	4 健美操 スクラッチアート ほっと名画座 ダーツをしよう (定員あり) ヴィーナスラウンジ (CG) 16:00～就労フォローアップ 16:00～脂肪美燃焼&ストレッチ 夕食後～ナイトアデクション (CG)	5 11:00～寺子屋ほっと(生活) ちよっとだけアニメを見よう
		7 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 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)	8 札幌街ブラ散歩 アデクションミーティング (CG) 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～ダーツをしよう(定員あり)	9 月刊ほっとNOWを作ろう こみ☆とれ (10:30まで入室可) SST (CG) ほっと名画座 12:45～映画選考委員会 (定員あり) 和deピンポン (定員あり) 楽しい絵画 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～女子アデクション (CG)	10 月刊ほっとNOWを作ろう こみ☆とれ (10:30まで入室可) SST (CG) ほっと名画座 12:45～映画選考委員会 (定員あり) 和deピンポン (定員あり) 楽しい絵画 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～女子アデクション (CG)	11 10:30～断酒会が来ましたよ (CG) アイロンビーズ 16:00～アデクション学習会 (CG) 16:00～和deピンポン (定員あり)
13	14 ダンスセラピー うつわのち晴れ (CG) ジョブジョブウォーキング (屋外) SST (CG) ウノやトランプをしよう 友禅染色 (定員あり) ※月に一回のみ参加可能 16:00～アデクション学習会 (CG) 16:00～和deピンポン (定員あり)	15 DJステア 月刊ほっとNOWを作ろう 楽器同好会 13:50～耳つぼ&ヨガ 12:30集合ソフトボール 16:00～午後4時のつどい (CG) 16:00～怒りどう付き合うか (CG)	16 気功de歩こう アデ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)	17 月刊ほっとNOWを作ろう こみ☆とれ (10:30まで入室可) SST (CG) ほっと名画座 12:20集合フットサル (事前申込制) ジャイロキネシス (定員あり) SST (CG) ほっと名画座 12:20集合フットサル (事前申込制) ジャイロキネシス (定員あり) SST (CG)	18 健美操 スクラッチアート ほっと名画座 12:20集合フットサル (事前申込制) ジャイロキネシス (定員あり) SST (CG)	19 11:00～寺子屋ほっと(生活) 楽器同好会(発表練習)
		21 うつわのち晴れ (CG) ジョブジョブウォーキング (屋外) SST (CG) 森田療法的ストレスとの付き合い 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～アデクション学習会 (CG) 16:00～手話にふれてみよう 夕食後～GAメッセージ (CG)	22 コラージュ ほっとdeちよっとだけカープス ダーツをしよう (定員あり) アイロンビーズ 16:00～午後4時のつどい (CG) 16:00～怒りどう付き合うか (CG) 16:00～寺子屋ほっと(算数)	23 勤労感謝の日 16:00～就労フォローアップ 16:00～AA?しメッセージ (CG)	24 刺しゅうクラブ こみ☆とれ (10:30まで入室可) SST (CG) ウノやトランプをしよう ジャイロキネシス (定員あり) SST (CG)	25 10:00～いきいきクラブ クリスマスパーティー準備 Zoomdeあらかると 和deピンポン (定員あり) 16:00～就労フォローアップ 18:00～AA?しメッセージ (CG)
27	28 ダンスセラピー うつわのち晴れ (CG) ジョブジョブウォーキング (屋外) SST (CG) 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～アデクション学習会 (CG) 16:00～脂肪美燃焼&ストレッチ	29 札幌街ブラ散歩 ソーイング (定員あり) 陶芸 (定員あり) 和deピンポン (定員あり) 就労支援プログラム ナイトケアありません	30 クリスマスパーティー準備 アデ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～熱中倶楽部 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)			

※月の初めに必ず保険証の確認させてください。