



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)	1 美文字をめざそう DJステア	2 楽器同好会 アディクションミーティング (CG)	3 文化の日 	4 健美操 スクラッチアート	5 11:00~ 寺子屋ほっと(生活) ちよっとだけアニメを見よう		
		13:50~ 耳つぼ&ヨガ 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)	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~午後4時のつどい (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)	16:00~就労フォローアップ 16:00~脂肪美燃焼&ストレッチ 夕食後~ナイトアディクション (CG)	16:00~就労フォローアップ 16:00~断酒会が来ましたよ (CG)	
13	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	8 10:30~ 人付き合いを考えよう 月刊ほっとNOWを作ろう	9 札幌街ブラ散歩 アディクションミーティング (CG)	10 月刊ほっとNOWを作ろう こみ☆とれ (10:30まで入室可)	11 10:30~ 断酒会が来ましたよ (CG)	12 そんぐす 中国語講座		
		楽器同好会 陶芸 (定員あり)	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 (事前申込制) ジャイロキネシス (定員あり) 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	16:00~アディクション学習会 (CG) 16:00~手話にふれてみよう 夕食後~GAメッセージ (CG)	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)	16:00~マツ先生のLet's English 16:00~薬物ミーティング (CG) 夕食後~GAすずらん (CG)
20	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	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)	15 DJステア 月刊ほっとNOWを作ろう	16 気功de歩こう アディクションミーティング (CG)	17 月刊ほっとNOWを作ろう こみ☆とれ (10:30まで入室可)	18 健美操 スクラッチアート	19 11:00~ 寺子屋ほっと(生活) 楽器同好会(発表練習)	
		楽器同好会 13:50~ 耳つぼ&ヨガ 12:30集合ソフトボール	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 (事前申込制) ジャイロキネシス (定員あり) SST (CG)	ほっと名画座 摂食障害グループ ほとラジ放送部 楽しい絵画	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)	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~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)
27	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	21 うつわのち晴れ (CG) ジョブジョブウォーキング (屋外)	22 コラージュ ほっとdeちよっとだけカープス	23 勤労感謝の日 	24 刺しゅうクラブ こみ☆とれ (10:30まで入室可)	25 10:00~ いきいきクラブ クリスマスパーティー準備	26 11:00~ 寺子屋ほっと(生活) ぐるぐるハングル(韓国語)	
		ダーツをしよう (定員あり) アイロンビーズ	音楽 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)	Zoomdeあらかると 和deピンポン (定員あり)	16:00~アディクション学習会 (CG) 16:00~手話にふれてみよう 夕食後~GAメッセージ (CG)	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)	16:00~マツ先生のLet's English 夕食後~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 18:00~AA?しメッセージ (CG)
27	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	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)	29 札幌街ブラ散歩 ソーイング (定員あり)	30 クリスマスパティー準備 アディクションミーティング (CG)				
		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	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	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。