



日	月	火	水	木	金	土
30						1 ちょっとだけアニメを見よう そんぐす
2	3 うつのち晴れ (CG) ジョブジョブウォーキング (屋外) ほっとde ちょっとだけカーブス 友禅染色 (定員あり) ※月に一回のみ参加可能	4 月刊ほっとNOWを作る 札幌街ブラ散歩 13:50~ 耳つぼ&ヨガ 陶芸 (定員あり) 12:30集合 ソフトボール	5 アイロンビーズ 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を作る 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)	7 羊毛フェルト スクラッチアート ほっと名画座 12:45~ 映画選考委員会 楽しい絵画 ヴィーナスラウンジ (CG)	8 ドラムをたたいてみませんか? リズムde脳トレ
9	10 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 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	11 月刊ほっとNOWを作る 10:30~ 人付き合いを考えよう 12:30集合 ソフトボール シミや汚れを落とそう!	12 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)	13 ソーイング (定員あり) こみ☆とれ (10:30まで入室可) ほっと美容研究所 ジャイロキネシス (定員あり)	14 健美操 断酒会が来ましたよ (CG) ほっと名画座 ダーツをしよう (定員あり) 12:45~ 公式LINE委員会 楽しい絵画	15 モーニングティーを楽しむ 中国語講座
16	17 レジンしよう! (定員あり) 森田療法的ストレスとのお付き合い ジョブジョブウォーキング (屋外) 友禅染色 (定員あり) ※月に一回のみ参加可能	18 月刊ほっとNOWを作る 札幌街ブラ散歩 陶芸 (定員あり) 12:30集合 ソフトボール	19 ペーパークラフト 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) ダーツをしよう (定員あり)	20 こみ☆とれ (10:30まで入室可) 10:00集合 フットサル ジャイロキネシス (定員あり) DJステア	21 健美操 コラージュ ほとラジ放送部 就労支援プログラム (定員あり) 12:45~ 公式LINE委員会 和deピンポン (定員あり)	22 集まれ! スポーツの森 ぐるぐるハングル (韓国語講座)
23	24 ダンスセラピー SST (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	25 ダーツをしよう (定員あり) 畑 (ミーティング) 13:50~ 耳つぼ&ヨガ 12:30集合 ソフトボール	26 ゲームをしよう アディクションミーティング (CG) ほっとJam リラックスヨガ (定員あり) 統合失調症グループ (CG)	27 刺しゅうクラブ こみ☆とれ (10:30まで入室可) オープンSST ジャイロキネシス (定員あり)	28 いきいきクラブ ウノやトランプをしよう 楽器同好会 春のお出かけ	29 昭和の日
		ナイトケアありません				

※月の初めに必ず保険証の確認させてください。