デイケア ほっとステーション

※プログラムが変更になる場合がございますので、デイケア内の提示版をご確認下さい。
持ち物、内容など詳しくは2Fデイルームのポスターをご覧いただくか、スタッフにお問い合わせ下さい。

2023年 5月

※CG=クローズドグループ

クローズドグループとは?登録されたメンバーが
参加するプログラムです。くわしくはスタッフまで。

日	月	火	水	木	金	土
	1 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 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）	2 10:30～そんぐす 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）	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 ほっと名画座 カラオケ
7	8 ダンスセラピー ジョブジョブウォーキング（屋外） SST（CG） DJステア 友禅染色（定員あり）※月に一回のみ参加可能 16:00～私の取扱説明書forビジネス（CG） 16:00～アディクション学習会（CG） 16:00～脂肪美燃焼＆ストレッチ 夕食後～GAメッセージ（CG）	9 月刊ほっとNOWを作ろう 刺しゅうクラブ 陶芸（定員あり） 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） 18:00～18:30おやすみナイト	10 楽器同好会 アディクションミーティング（CG） 畑（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） 16:00～手話にふれてみよう	11 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） 16:00～マット先生のLet's English 16:30～薬物ミーティング（CG）	12 健美操 アイロンビーズ 10:30～断酒会が来ましたよ（CG） 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） 15:35～15:50デイケア向上委員会 16:00～就労フォローアップ 16:00～摂食障害グループ（CG） 夕食後～ナイトアディクション（CG）	13 ちょっとだけアニメを見よう 中国語講座
14	15 楽器同好会 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 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～私の取扱説明書forビジネス（CG） 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 月刊ほっとNOWを作ろう レジンをしよう 10:30～人付き合いを考えよう 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～怒りとどう付き合うか（CG）フォローアップ	17 コラージュ 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） 16:00～寺子屋ほっと（算数）	18 月刊ほっとNOWを作ろう 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 16:00～マット先生のLet's English	19 畑（定員あり） アイロンビーズ いきいきクラブ ほっと名画座 12:45～公式LINE委員会 楽しい絵画 ダーツをしよう 16:00～就労フォローアップ 16:30～女子アディクション（CG） 夕食後～ワーカーズグループ（CG）	20 ドラムをたたいてみませんか リズムde脳トレ
21	22 ダンスセラピー うつのち晴れ（CG）フォローアップ ジョブジョブウォーキング（屋外） SST（CG） 就労支援プログラム 友禅染色（定員あり）※月に一回のみ参加可能 16:00～私の取扱説明書forビジネス（CG） 16:00～アディクション学習会（CG） 16:00～脂肪美燃焼＆ストレッチ 夕食後～GAメッセージ（CG）	23 健美操 札幌街ブラ散歩 陶芸（定員あり） 森田療法的ストレスとのお付き合い 12:30集合 ソフトボール 16:00～午後4時のつどい（CG） 16:00～ダーツをしよう 18:00～18:30おやすみナイト	24 楽器同好会 アディクションミーティング（CG） 音楽 ほっと美容研究所 リラックスヨガ（定員あり） 16:00～寺子屋ほっと（算数） 16:00～手話にふれてみよう 夕食後～統合失調症グループ（CG）	25 スクラッチアート こみ☆とれ（10:30まで入室可） オープンSST 12:20集合 フットサル練習 ジャイロキネシス（定員あり） 16:00～マット先生のLet's English 夕食後～薬物ミーティング（CG）	26 畑（定員あり） 羊毛フェルト ほっと名画座 ほとラジ放送部 動物園へ行こう 16:00～就労フォローアップ 16:00～AAつくしメッセージ（CG） 夕食後～札幌ビッグブックメッセージ（CG）	27 モーニングティーを楽しむ ぐるぐるハングル（韓国語講座）
28	29 アイロンビーズ 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 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～私の取扱説明書forビジネス（CG） 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）	30 ソーイング（定員あり） 札幌街ブラ散歩 13:50～耳つぼ＆ヨガ ほっとJam 12:30集合 ソフトボール 16:00～午後4時のつどい（CG）	31 畑（定員あり） 集まれ！スポーツの森 アディクションミーティング（CG） 桃太郎電鉄をしよう（Switch） リラックスヨガ（定員あり） 統合失調症グループ（CG） 16:00～寺子屋ほっと（算数） 16:00～熱中倶楽部			

※月の初めに必ず保険証の確認させてください。