



日	月			火			水			木			金			土			
30	31	うつのち 晴れ (CG)	ジョブジョブ ウォーキング (屋外)													1	ドラムを たたいて みません か？	フットサル 全道大会 (事前 登録制)	
	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													リズムde 脳トレ			
	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)																		
2	3	うつのち 晴れ (オープン)	ジョブジョブ ウォーキング (屋外)	4	月刊ほっと NOWを作ろう	ソーイング (定員あり)	5	スクラッチ アート	アディクション ミーティング (CG)	6	月刊ほっと NOWを作ろう	こみ☆とれ (10:30まで入室可)	7	健美操	畑 (定員あり)	8	カラオケ		
	SST (CG)	アイロン ビーズ	友禅染色 (定員あり) ※月に一回のみ参加可能	楽器 同好会	陶芸 (定員あり)	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)	DJステア	12:20集合 フットサル	ジャイロ キネシス (定員あり)	ほっと 名画座	12:45～ 映画選考 委員会	楽しい 絵画	ダーツを しよう	ヴィーナス ラウンジ (CG)		
	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)			16:00～午後4時のつどい(CG) 16:00～寺子屋ほっと(算数) 16:00～怒りとうどう付き合うか(CG) 夕食後～おやすみないと			16:00～発達障害を抱える人のためのグループ(CG)			16:00～マット先生のLet's English			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～手話にふれてみよう 夕食後～ナイトアディクション(CG)						
9	10	ダンス セラピー	ジョブジョブ ウォーキング (屋外)	11	月刊ほっと NOWを作ろう	レジンをしよう (定員あり)	12	札幌街ブラ 散歩	アディクション ミーティング (CG)	13	畑 (定員あり)	こみ☆とれ (10:30まで入室可)	14	10:30～ 断酒会が 来ましたよ (CG)	アイロン ビーズ	15	ちょっとだけ アニメを見よう		
	楽器 同好会	スクラッチ アート	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	13:50～ 耳つぼ&ヨガ	ウノや トランプを しよう	11:30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)	オープン SST	12:30～13:10 おひるの つどい(CG)	ジャイロ キネシス (定員あり)	ほっと 名画座	森田療法的 ストレスとの お付き合い	12:45～ 公式LINE 委員会	芸能人の 話をしよう			
	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)			16:00～午後4時のつどい(CG) 16:00～怒りとうどう付き合うか(CG)			16:00～寺子屋ほっと(算数) 16:00～発達障害を抱える人のためのグループ(CG)			16:00～マット先生のLet's English 17:30～薬物ミーティング(CG)			16:00～就労フォローアップ 16:00～摂食障害グループ(CG) 16:30～女子アディクション(CG) 夕食後～札幌ビッグブックメッセージ(CG)						
16	17	海の日 		18	月刊ほっと NOWを作ろう	10:30～ 人付き合いを 考えよう	19	楽器 同好会	アディクション ミーティング (CG)	20	こみ☆とれ (10:30まで 入室可)	10:00集合 フットサル	21	健美操	畑 (定員あり)	アイロン ビーズ	22	そんぐす	
			陶芸 (定員あり)	ウノや トランプを しよう	12:30集合 ソフトボール	音楽	和de ピンポン (定員あり)	リラックス ヨガ (定員あり)	ジャイロ キネシス (定員あり)	ゲームを しよう			楽しい絵画		ZOOMde あらかると				
			16:00～午後4時のつどい(CG) 16:00～寺子屋ほっと(算数) 16:00～怒りとうどう付き合うか(CG)			16:00～発達障害を抱える人のためのグループ(CG) 16:00～熱中倶楽部 夕食後～統合失調症グループ(CG)			16:00～マット先生のLet's English				16:00～就労フォローアップ 16:00～手話にふれてみよう 16:00～ワーカーズグループ(CG)						
23	24	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)	25	昔の遊びを 楽しもう	浴衣を着よう	26	札幌街ブラ 散歩	アディクション ミーティング (CG)	27	刺しゅう クラブ	こみ☆とれ (10:30まで入室可)	28	10:30～ ダーツを しよう	11:00～ ほっと美容 研究所	畑 (定員あり)	29	モーニングティーを 楽しむ
	ほっとde ちよっただけ カーブス	DJ ステア	友禅染色 (定員あり) ※月に一回のみ参加可能	13:50～ 耳つぼ&ヨガ	午後4時の つどい (CG)	ウノや トランプを しよう	12:30集合 ソフト ボール	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)	オープン SST	12:30～13:10 おひるの つどい(CG)	12:20集合 フットサル	ジャイロ キネシス (定員あり)	ほっと 名画座	ほとラジ 放送部	就労支援 プログラム		
	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)			ナイトケアありません			16:00～寺子屋ほっと(算数) 16:00～発達障害を抱える人のためのグループ(CG)			16:00～マット先生のLet's English 夕食後～薬物ミーティング(CG)				16:00～就労フォローアップグループ 16:00～AAつくしメッセージ(CG)					