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。

2024年　2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 月刊ほっとNOWを作ろう こみ☆とれ（10:30まで入室可） ジャイロキネシス（定員あり） ウノやトランプをしよう 12:20集合 フットサル（事前申込） 16:00～マット先生のLet's English	2 アイロンビーズ 集まれ！スポーツの森 ほっと名画座 オープンSST 楽しい絵画 ヴィーナスラウンジ（CG） 16:00～就労フォローアップ 夕食後～ナイトアディクション（CG）	3 ほっと名画座 中国語講座
4	5 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 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 16:00～私の取扱説明書forビジネス（CG） 夕食後～GAメッセージ（CG）	6 スクラッチアート 札幌街ブラ散歩 楽器同好会 なごみdeピンポン（定員あり） アイロンビーズ 16:00～午後4時のつどい（CG） 16:00～怒りとどう付き合うか（CG） ナイトケアありません	7 そんぐす 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～発達障害を抱える人のためのグループ（CG）	8 月刊ほっとNOWを作ろう こみ☆とれ（10:30まで入室可） ジャイロキネシス（定員あり） 12:30～13:10 おひるのつどい（CG） ウノやトランプをしよう 16:00～マット先生のLet's English 16:30～薬物ミーティング（CG）	9 健美操 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 森田療法的ストレスとのお付き合い ヴィーナスカフェ（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 16:30～女子アディクション（CG）	10
11	12 振替休日 	13 月刊ほっとNOWを作ろう スクラッチアート 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） ナイトケアありません	14 そんぐす 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～発達障害を抱える人のためのグループ（CG） 16:00～手話にふれてみよう	15 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（事前申込） ジャイロキネシス（定員あり） まったりYou Tube 16:00～マット先生のLet's English	16 アイロンビーズ ソーイング（定員あり） ほっと名画座 楽しい絵画 ヴィーナスカフェ（CG） 16:00～就労フォローアップ 16:00～AAメッセージ（CG） 夕食後～ワーカーズグループ（CG）	17 カラオケ ぐるぐるハングル（韓国語講座）
18	19 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 オープンSST 13:30～ 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～アディクション学習会（CG） 16:00～体幹ストレッチ＆トレーニング 16:00～私の取扱説明書forビジネス（CG） 夕食後～GAメッセージ（CG）	20 10:30～ 人付き合いを考えよう レジンをしよう 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） 16:00～怒りとどう付き合うか（CG） ナイトケアありません	21 札幌街ブラ散歩 アディクションミーティング（CG） そんぐす 音楽 リラックスヨガ（定員あり） 16:00～発達障害を抱える人のためのグループ（CG） 夕食後～統合失調症グループ（CG） 18:30～MKグループ（薬物）（CG）	22 ほっと美容研究所 こみ☆とれ（10:30まで入室可） ジャイロキネシス（定員あり） 12:30～13:10 おひるのつどい（CG） ウノやトランプをしよう 16:00～マット先生のLet's English	23 天皇誕生日 	24 ドラムをたたいてみませんか？ リズムde脳トレ
25	26 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） ダーツをしよう 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～アディクション学習会（CG） 16:00～私の取扱説明書forビジネス（CG） 16:00～脂肪美燃焼＆ストレッチ	27 刺しゅうクラブ まったりYou Tube ほっとJAM 12:30集合 ソフトボール ナイトケアありません	28 そんぐす アディクションミーティング（CG） ほとラジ放送部 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～熱中クラブ	29 健美操 こみ☆とれ（10:30まで入室可） ジャイロキネシス（定員あり） 就労支援プログラム（定員あり） ウノやトランプをしよう 16:00～マット先生のLet's English		

※月の初めに必ず保険証の確認させてください。