



日	月	火	水	木	金	土									
1	楽器同好会	ジョブジョブウォーキング(屋外)	2 月刊ほっとNOWを作ろう	3 札幌街ブラ散歩	4 月刊ほっとNOWを作ろう	5 まったりYou Tube	6 モーニングティーを楽しむ								
	ほっとdeかーぶず	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	そんぐす	スクラッチアート	音楽	リラックスヨガ(定員あり)		統合失調症グループ(CG)	7 ジャイロキネシス(定員あり)	12:20集合フットサル(事前申込)	ほっと名画座	オープンSST	ウィーナスラウンジ(CG)	中国語講座	
16:00~和deピンポン(定員あり)夕食後~GAメッセージ(CG)		16:00~午後4時のつどい(CG) 16:00~怒りとうり付き合うか(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)		16:00~マツ先生のLet's English		16:00~就労フォローアップ 夕食後~ナイトアクション(CG)							
7	8 うつのお晴れフォローアップ(CG)	ダンスセラピー	ジョブジョブウォーキング(屋外)	9 10:30~人付き合いを考えよう	ウノやトランプをしよう	10 ちょっとだけアニメを見よう	アディクションミーティング(CG)	11 月刊ほっとNOWを作ろう	こみ☆とれ(10:30まで入室可)	12 健美操	10:30~断酒会が来ましたよ(CG)		13 カラオケ		
	SST(CG)	そんぐす	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	12:30集合ソフトボール	音楽(収録)	リラックスヨガ(定員あり)	統合失調症グループ(CG)	12:30~13:10おひるのつどい(CG)	ダーツをしよう	ほっと名画座	12:45~映画選考委員会		楽しい絵画	オープンSST
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		16:00~午後4時のつどい(CG) 16:00~怒りとうり付き合うか(CG)		16:00~発達障害を抱える人のためのグループ(CG) 16:00~手話にふれてみよう		16:00~マツ先生のLet's English 16:00~薬物ミーティング(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~女子アクション(CG)							
14	15 ちょっとだけアニメを見よう	ジョブジョブウォーキング(屋外)	16 10:00~レジンをしよう	ウノやトランプをしよう	17 札幌街ブラ散歩	アディクションミーティング(CG)	18 ソーイング(定員あり)	月刊ほっとNOWを作ろう	10:00集合フットサル(事前申込)	19 ほっと美容研究所	アイロンビーズ		20 デイケアお休み		
	SST(CG)	そんぐす	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	楽器同好会	就労支援プログラム	まったりYou Tube	音楽	リラックスヨガ(定員あり)	ジャイロキネシス(定員あり)	スクラッチアート	ZOOMdeあらかると	楽しい絵画		ウィーナスカフェ(CG)	
16:00~体幹ストレッチ&トレーニング 夕食後~GAメッセージ(CG)		16:00~午後4時のつどい(CG) 16:00~怒りとうり付き合うか(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) 18:30~MKグループ(CG)		16:00~マツ先生のLet's English		16:00~就労フォローアップ		ナイトケアありません					
21	22 ダンスセラピー	ジョブジョブウォーキング(屋外)	23 ダーツをしよう	刺しゅうクラブ	24 畑(ミーティング)	アディクションミーティング(CG)	25 健美操	こみ☆とれ(10:30まで入室可)	26 アイロンビーズ	春のおでかけ		27 ほっと名画座			
	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	13:50~耳つぼ&ヨガ	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)	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		和deピンポン(定員あり)	ほっと名画座	ほとラジ放送部
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 16:00~アクション学習会(CG)		16:00~午後4時のつどい(CG) 16:00~怒りとうり付き合うか(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)		16:00~マツ先生のLet's English 16:00~手話にふれてみよう		16:00~就労フォローアップ 16:00~AAメッセージ(CG)							
28	29 昭和の日	30 アイロンビーズ	集まれ!スポーツの森	森田療法的ストレスとの付き合い	ウノやトランプをしよう	ナイトケアありません		ほっと名画座		そんぐす		28			