



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)	2 健美操 畑 (定員あり)	3 モーニングティーを楽しむ 熱中倶楽部
				ジャイロキネシス (定員あり) ほっとフェスタ準備 12:20集合フットサル (事前申込)	ほっと名画座 和deピンポン (定員あり) ヴィーナスラウンジ (CG)	
				16:00～マット先生のLet's English	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)	
4	5 ウノやトランプをしよう ジョブジョブウォーキング (屋外)	6 スクラッチアート 月刊ほっとNOWを作ろう	7 畑 (定員あり) そんぐず	8 楽器同好会 こみ☆とれ (10:30まで入室可)	9 アイロンビーズ 10:30～断酒会が来ましたよ (CG)	10 カラオケ
	ほっとフェスタ準備 ジグソーパズル 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	13:50～耳つぼ&ヨガ 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)	ジャイロキネシス (定員あり) まったり You tube 12:30～13:10おひるのつどい(CG) オープンSST	ほっと名画座 フェルデンクライス ヴィーナスラウンジ (CG)	ぐるぐるハンゲル (韓国語講座)
	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～怒りとうり付き合うか(CG) ナイトケアありません	16:00～発達障害を抱える人のためのグループ(CG) 16:00～ダーツをしよう	16:00～マット先生の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 16:00～手話にふれてみよう 16:30～女子アディクション(CG)	
11	12 振替休日 	13 スクラッチアート 月刊ほっとNOWを作ろう	14 畑 (定員あり) ジグソーパズル	15 ウノやトランプをしよう 月刊ほっとNOWを作ろう	16 アイロンビーズ レジンをしよう	17 カラオケ
		そんぐず ほっとdeカーブス	音楽 リラックスヨガ (定員あり) 森田療法的ストレスとのお付き合い	ジャイロキネシス (定員あり) ほっとフェスタ準備 和deピンポン (定員あり)	ほっと名画座 ほとらジ放送部 12:45～映画選考委員会 ヴィーナスカフェ (CG)	ほっと名画座
		16:00～午後4時のつどい(CG) 16:00～怒りとうり付き合うか(CG) ナイトケアありません	16:00～寺子屋ほっと(算数) 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 夕食後～ワークスグループ	
18	19 ほっとフェスタ準備 ジョブジョブウォーキング (屋外)	20 ジグソーパズル 楽器同好会	21 まったり You tube アディクションミーティング (CG)	22 こみ☆とれ (10:30まで入室可)	23 畑 (定員あり) ほっとフェスタ準備 アイロンビーズ	24 ほっとフェスタ
	オープンSST 友禅染色 (定員あり) ※月に一回のみ参加可能	ウノやトランプをしよう 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)	ジャイロキネシス (定員あり) そんぐず 12:30～13:10おひるのつどい(CG) 10:00集合フットサル (事前申込)	ほっと名画座 楽しい絵画 ヴィーナスカフェ (CG)	
	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 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) ナイトケアありません	16:00～ダーツをしよう 夕食後～MKグループ(薬物)(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～AAメッセージ(CG)	
25	26 ダンスセラピー うつのち晴れフォローアップ(CG) ジョブジョブウォーキング (屋外)	27 そんぐず 刺しゅうクラブ	28 ウノやトランプをしよう アディクションミーティング (CG)	29 健美操 こみ☆とれ (10:30まで入室可)	30 畑 (定員あり) ほっと美容研究所 アイロンビーズ	31 ドラムをたたいてみませんか?
	写真であの頃を語ろう 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	就労支援プログラム アイロンビーズ 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) ジグソーパズル ダーツをしよう	中国語講座 楽しい絵画 ヴィーナスカフェ (CG)	リズムde脳トレ
	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～午後4時のつどい(CG) 16:00～怒りとうり付き合うか(CG) ナイトケアありません	16:00～寺子屋ほっと(算数) 16:00～手話にふれてみよう	16:00～マット先生のLet's English	16:00～就労フォローアップ	

※月の初めに必ず保険証の確認させてください。