



日	月	火	水	木	金	土
					1 月刊ほっとNOWを作ろう アイロンビーズ 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) 16:00~就労フォローアップ 16:00~ダーツをしよう 夕食後~ナイトアディクション(CG)	2 モーニングティーを楽しむ カラオケ
3	4 振替休日 	5 お茶(定員あり) ジグソーパズル 13:50~ 耳つぼ&ヨガ 16:00~午後4時のつどい(CG) ナイトケアありません	6 札幌街ブラ散歩 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~熱中倶楽部	7 月刊ほっとNOWを作ろう こみ☆とれ(10:30まで入室可) 秋のおでかけ(事前登録制・定員あり) 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) 16:00~マット先生のLet's English 16:00~薬物ミーティング(CG)	8 健美操 10:30~ 断酒会が来ましたよ(CG) ほっと名画座 楽しい絵画 12:45~ 映画選考委員会 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 16:30~女子アディクション(CG)	9 そんぐす アフタヌーンティーを楽しむ
10	11 うつもち晴れ(CG) オープンSST 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)	12 月刊ほっとNOWを作ろう 8:45集合ソフトボール(事前登録制) 楽器同好会 16:00~午後4時のつどい(CG) 16:00~怒りとうどう付き合うフォローアップ(CG) ナイトケアありません	13 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) ほっとdeかーぶず 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) 夕食後~統合失調症グループ(CG)	14 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) オープンSST 16:00~マット先生のLet's English	15 アイロンビーズ ほっと美容研究所 ほっと名画座 楽しい絵画 ほとらジ放送部 ヴィーナスカフェ(CG) 16:00~就労フォローアップ 夕食後~ワークスグループ(CG)	16 和deピンポン 中国語講座
17	18 うつもち晴れ(CG) ウノやトランプをしよう	19 楽器同好会 アイロンビーズ そんぐす スクラッチアート 16:00~午後4時のつどい(CG) ナイトケアありません	20 札幌街ブラ散歩 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(算数) 夕食後~MKグループ(薬物)(CG)	21 ジグソーパズル 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	22 レジンをしよう スクラッチアート ほっと名画座 ダーツをしよう 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)	23 勤労感謝の日
24	25 ダンスセラピー うつもち晴れ(CG) 写真であの頃を語ろう 16:00~脂肪美燃焼&ストレッチ 夕食後~GAメッセージ(CG)	26 スクラッチアート 刺しゅうクラブ 森田療法的ストレスとの付き合い そんぐす 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) ナイトケアありません	27 ほっとJAM アディクションミーティング(CG) ウノやトランプをしよう リラックスヨガ(定員あり) 統合失調症グループ(CG)	28 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) 12:30~13:10おひるのつどい(CG) ジグソーパズル 16:00~マット先生のLet's English	29 ダーツをしよう アイロンビーズ ほっと名画座 和deピンポン ヴィーナスカフェ(CG) 16:00~就労フォローアップ 16:00~手話にふれてみよう	30 ドラムをたたいてみませんか? ぐるぐるハンゲル(韓国語講座) リズムde脳トレ

※月の初めに必ず保険証の確認させてください。