



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	うつのち 晴れ (CG)	月刊ほっと NOWを 作ろう	そんぐす	月刊ほっと NOWを 作ろう	ダーツを しよう	カラオケ
	楽器 同好会	ジグソー パズル	アディクション ミーティング (CG)	こみ☆とれ (10:30まで入室可)	アイロン ビーズ	
	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	音楽	ジャイロ キネシス (定員あり)	ほっと 名画座	中国語講座
	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) 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~和deピンポン	16:00~マツ先生の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 夕食後~ナイトアディクション(CG)	
8	9	10	11	12	13	14
	うつのち 晴れ (CG)	月刊ほっと NOWを 作ろう	ほっと JAM	月刊ほっと NOWを 作ろう	健美操	クリスマス パーティー
	友禅染色 (定員あり) ※月に一回のみ参加可能	ダーツをしよう	アディクション ミーティング (CG)	こみ☆とれ (10:30まで入室可)	10:30~ 断酒会が来ましたよ (CG)	
	和de ピンポン	ほっとde カーブス	そんぐす	ジャイロ キネシス (定員あり)	ほっと 名画座	リズムde 脳トレ
	16:00~体幹ストレッチ&トレーニング	16:00~午後4時のつどい(CG) 16:00~寺子屋ほっと(算数) 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) 夕食後~統合失調症グループ(CG)	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ダイケア向上委員会 16:00~就労フォローアップ 16:30~女子アディクション(CG)	
15	16	17	18	19	20	21
	うつのち 晴れ (CG)	札幌街ブラ 散歩de 絵画展準備	そんぐす	こみ☆とれ (10:30まで入室可)	レジンを しよう	クリスマス 展示会へ 行こう!
	ちょっとだけ アニメを 見よう	楽器同好会	アディクション ミーティング (CG)	10:00集合 フットサル (事前 申込)	ほっと 名画座	リズムde 脳トレ
	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	ジグソー パズル	音楽	ジャイロ キネシス (定員あり)	フェルデン クライス	フットサル 大会 (事前 登録制)
	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~怒りとうどう付き合うか(CG) ナイトケアありません	16:00~熱中倶楽部 夕食後~MKグループ(薬物)(CG)	16:00~マツ先生の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 夕食後~ワーカースグループ(CG)	
22	23	24	25	26	27	28
	うつのち 晴れ (CG)	刺しゅう クラブ	札幌街ブラ 散歩	もちもち タイム	アイロン ビーズ	モーニングティーを 楽しむ
	ダンス セラピー	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)	こみ☆とれ (10:30まで 入室可)	ほっと美容 研究所	
	オープン SST	就労支援 プログラム	音楽	ジャイロ キネシス (定員あり)	森田療法的 ストレスとの お付き合い	ぐるぐるハンゲル (韓国語講座)
	写真で あの頃を 語ろう	そんぐす	リラククス ヨガ (定員あり)	12:30~13:10 おひるの つどい(CG)	ほっと 名画座	
	16:00~寺子屋ほっと(算数) 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) ナイトケアありません	16:00~就労支援プログラム	16:00~マツ先生のLet's English ナイトケアあります	16:00~マツ先生のLet's English	16:00~就労フォローアップ 16:00~AAメッセージ(CG)	
29	30	31				
	アディクション ミーティング(CG)	お休み				
	ダイケアあいてます					
	ナイトケアありません					

※月の初めに必ず保険証の確認させてください。