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。

2025年 4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 そんぐす 13:50～ 耳つぼ＆ヨガ 12:00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)	2 スクラッチアート アディクションミーティング(CG) 音楽 ゆったりストレッチ 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)	3 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) アイロンビーズ 12:20集合 フットサル(事前申込) 16:00～マット先生のLet's English	4 健美操 ダーツをしよう ほっと名画座 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)	5 ほっと名画座 カラオケ
6	7 うつのち晴れ(CG) ジョブジョブウォーキング(屋外) SST(CG) そんぐす 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)	8 月刊ほっとNOWを作ろう 和deピンポン スクラッチアート 12:00集合 ソフトボール 16:00～午後4時のつどい(CG)	9 春のペーパークラフト アディクションミーティング(CG) 音楽 ほっとdeカーブス 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 夕食後～統合失調症グループ(CG)	10 楽器同好会 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 羊毛フェルト 16:00～マット先生のLet's English 16:00～薬物ミーティング(CG)	11 10:30～ 断酒会が来ましたよ(CG) フェルデンクライス 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)	12 和deピンポン ぐるぐるハングル(韓国語講座)
13	14 うつのち晴れ(CG) ダンスセラピー ジョブジョブウォーキング(屋外) 和deピンポン 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～脂肪美燃焼＆ストレッチ 16:00～アディクション学習会(CG) 夕食後～GAメッセージ(CG)	15 月刊ほっとNOWを作ろう ダーツをしよう 放課後トーク(CG) 12:00集合 ソフトボール そんぐす 16:00～午後4時のつどい(CG)	16 羊毛フェルト アディクションミーティング(CG) 音楽 ゆったりストレッチ 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	17 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) スクラッチアート 16:00～マット先生のLet's English	18 レジンをしよう ジグソーパズル 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～手話にふれてみよう 夕食後～ワーカーズグループ(CG)	19 カラオケ 中国語講座
20	21 うつのち晴れ(CG) ジョブジョブウォーキング(屋外) 森田療法的ストレスとのお付き合い 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	22 楽器同好会 刺しゅうクラブ ウノやトランプをしよう 12:00集合 ソフトボール 就労支援プログラム ナイトケアありません	23 春のペーパークラフト アディクションミーティング(CG) 音楽 ゆったりストレッチ 統合失調症グループ(CG) 16:00～寺子屋ほっと 16:00～ダーツをしよう	24 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) そんぐす 16:00～マット先生のLet's English	25 ほっと美容研究所 アイロンビーズ ほとラジ放送部 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)	26 ドラムをたたいてみませんか？ リズムde脳トレ
27	28 和deピンポン ジョブジョブウォーキング(屋外) 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 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)	29 昭和の日 	30 ジグソーパズル アディクションミーティング(CG) ほっとのセルフメディケーション 統合失調症グループ(CG) 16:00～手話にふれてみよう			

※月の初めに必ず保険証の確認させてください。