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 6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	2 サマーバザー準備 ジョブジョブウォーキング（屋外） ダーツをしよう 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）	3 月刊ほっとNOWを作ろう 札幌街ブラ散歩 13:30～ 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～和deピンポン	4 美文字をめざそう 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） 夕食後～断酒例会に行こう	5 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） 12:20集合 フットサル（事前申込） そんぐす 16:00～マット先生のLet's English	6 健美操 アイロンビーズ サマーバザー準備 ヴィーナスラウンジ（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～ナイトアディクション（CG）	7
8	9 うつのち晴れ（CG） ジョブジョブウォーキング（屋外） SST（CG） ぬり絵de脳活 友禅染色（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）	10 楽器同好会 スクラッチアート 12:00集合 ソフトボール ウノやトランプをしよう 16:00～午後4時のつどい（CG）	11 美文字をめざそう 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 身体と声のコミュニケーション 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）	12 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） そんぐす 16:00～マット先生のLet's English 16:00～薬物ミーティング（CG）	13 レジンをしよう 10:30～ 断酒会が来ましたよ（CG） ジグソーパズル ほっと名画座 ほっとdeカーブス 12:45～ 映画選考委員会 楽しい絵画 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）	14 ドラムをたたいてみませんか？ バンドセッション ぐるぐるハングル（韓国語講座）
15	16 うつのち晴れ（CG） ジョブジョブウォーキング（屋外） SST（CG） ぬり絵de脳活 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～体幹ストレッチ＆トレーニング 16:00～アディクション学習会（CG）	17 月刊ほっとNOWを作ろう 札幌街ブラ散歩 12:00集合 ソフトボール 放課後トーク（CG） 16:00～午後4時のつどい（CG） 16:00～怒りとどう付き合うか（CG）	18 スクラッチアート アディクションミーティング（CG） 音楽 統合失調症グループ（CG） ほっとのセルフメディケーション 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～MKグループ（CG）	19 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） オープンSST 16:00～マット先生のLet's English	20 フェルデンクライス アイロンビーズ 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 夕食後～ワーカーズグループ（CG）	21 カラオケ 中国語講座
22	23 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） SST（CG） 美文字をめざそう 友禅染色（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～手話にふれてみよう 夕食後～GAメッセージ（CG）	24 刺しゅうクラブ そんぐす 12:00集合 ソフトボール 就労支援プログラム 森田療法的ストレスとのお付き合い ナイトケアありません	25 楽器同好会 アディクションミーティング（CG） 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（算数） 16:00～発達障害を抱える人のためのグループ（CG）	26 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） ダーツをしよう 16:00～マット先生のLet's English	27 ほっと美容研究所 ジグソーパズル ほっと名画座 ほとラジ放送部 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～AAメッセージ（CG）	28 ほっと名画座 フットサル全道大会（事前登録制） ダルクフォーラムへ行こう ほっと名画座
29	30 うつのち晴れ（CG） ジョブジョブウォーキング（屋外） SST（CG） 写真であの頃を語ろう 16:00～ダーツをしよう					

※月の初めに必ず保険証の確認させてください。