



日	月	火	水	木	金	土
31					1 札幌街ブラ散歩 アイロンビーズ ほっと名画座 身体と声のコミュニケーション ヴィーナスカフェ (CG) 16:00~就労フォローアップ 夕食後~ナイトアクション (CG)	2 ドラムをたたいてみませんか? バンドセッション
3	4 うつもち晴れ (CG) ジョブジョブウォーキング (屋外) SST (CG) そんぐす 絵本プログラム (定員あり) 16:00~脂肪美燃焼&ストレッチ 夕食後~GAメッセージ (CG)	5 月刊ほっとNOWを作ろう ジグソーパズル 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) 16:00~怒りとどう付き合うか (CG)	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 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~寺子屋ほっと (算数)	7 スクラッチアート こみ☆とれ (10:30まで入室可) ジャイロキネシス (定員あり) @松井 アイロンビーズ 12:30~13:10 おひるのつどい (CG) 12:20集合フットサル 16:00~マット先生のLet's English	8 健美操 10:30~断酒会が来ましたよ (CG) ほっと名画座 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 16:00~手話にふれてみよう 16:30~女子アディクション (CG)	9 カラオケ ぐるぐるハングル (韓国語講座)
10	11 山の日 	12 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 森田療法的ストレスとのお付き合い 16:00~午後4時のつどい (CG) 16:00~怒りとどう付き合うか (CG)	13 そんぐす 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~和deピンポン 夕食後~統合失調症グループ (CG)	14 月刊ほっとNOWを作ろう オープンSST スクラッチアート ジャイロキネシス (定員あり) @和 16:00~マット先生のLet's English 16:00~薬物ミーティング (CG)	15 ウノやトランプをしよう ジグソーパズル ほっと名画座 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~ワーカーズグループ (CG)	16 ダーツをしよう 中国語講座
17	18 うつもち晴れ (CG) ジョブジョブウォーキング (屋外) SST (CG) スクラッチアート 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) 夕食後~GAメッセージ (CG)	19 月刊ほっとNOWを作ろう ダーツをしよう 12:00集合ソフトボール 放課後トーク (CG) ジグソーパズル 16:00~午後4時のつどい (CG) 16:00~怒りとどう付き合うか (CG)	20 楽器同好会 アディクションミーティング (CG) 音楽 リラックスヨガ 統合失調症グループ (CG) 16:00~寺子屋ほっと (算数) 18:30~MKグループ (CG)	21 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) @松井 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	22 レジンをしよう アイロンビーズ 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~AAメッセージ (CG) 16:00~手話にふれてみよう	23 和deピンポン ほっと名画座
24	25 うつもち晴れ (CG) ダンスセラピー ジョブジョブウォーキング (屋外) SST (CG) 写真であの頃を語ろう 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	26 刺しゅうクラブ 楽器同好会 12:00集合ソフトボール 就労支援プログラム 13:30~耳つぼ&ヨガ ナイトケアありません	27 スクラッチアート アディクションミーティング (CG) リラックスヨガ 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	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) @和 ウノやトランプをしよう 16:00~マット先生のLet's English	29 ほっと美容研究所 ジグソーパズル ほっと名画座 楽しい絵画 フェルデンクライス ヴィーナスカフェ (CG) 16:00~就労フォローアップ	30 ほっとフェスタ

※月の初めに必ず保険証の確認させてください。