

2025 年 1 月

annapurna

予定表

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4
		閉所 (元旦)	閉所	閉所	
6	7	8	9	10	11
11:00-11:30 ゆるトレ [簡単ダンスエクササイズ]	WORK	閉所 (職員会議)	WORK	個別活動	
個別活動	テーマ当研(定員5) [~かも苦労]		14:00閉所(会議)	ゆるふわ企画部	
13	14	15	16	17	18
閉所 (成人の日)	WORK	WORK	WORK	個別活動	個別活動
	当研マナブ(定員5) [マナブ的『苦労とは何ぞや』]	モノづくり&アート [こけしの絵付け体験]	個別活動	14:00閉所(研修)	14:00-16:00 当事者研究 びすたーらい(定員5) 16:15閉所
			15:00-16:50 ピアと話す会		
20	21	22	23	24	25
閉所 (土曜振替)	WORK	WORK	WORK	人生いろいろゲーム大会 (詳細は裏面参照)	
	フリーペーパー編集部	最近の苦労当事者研究 (定員5)	個別活動		
27	28	29	30	31	
個別活動	WORK	10:00-12:00 座談会 [理想のお正月]	9:30-13:00 ひとり暮らしごはん(定員4)	個別活動	
個別活動	フリーペーパー 作業日	当事者研究ありあり (定員5)	ピアと話す会	個別活動	
15:30-16:30 ゆるトーク			14:00-16:00 S.A.(定員5)	おやつ作り [雪見大福]	

今月のおススメ
プログラム

モノづくり&アート

[こけしの絵付け体験]
ちいさなこけしにアクリル絵の具で絵付けをします。さて、どんな表情、どんなお衣装にしましょう?世界でひとつだけのこけしを作りませんか?

座談会

[理想のお正月]

みなさんは寝正月派?初売り行く派?お正月は何が食べたい?などなど、自分にとっての『理想』の正月についてとことん語っちゃいましょう!

今月のプレミアム
カフェコーナー

・期間: 1月24日~

“今月のお楽しみおやつ”
が登場予定!

(※無くなり次第終了)



時間の記載がないプログラムは下記の時間です。

AM: 9:30-11:30

PM: 13:00-15:00

【フリースペースとしての利用について】

緑■のプログラムは参加者と見学者のみ施設をご利用いただけます。

【利用料金について】

オレンジ■のプログラムは材料費等の実費負担があります。



ホームページ



LINE登録

今月のEVENT

1月

やりたい、行ってみたいを実現!

人生いろいろゲーム大会

〜人生ゲーム、いろいろなゲームやるよ!〜

日時：1月24日(金)10:00~16:00

参加費：無料

当日の予定		
午前	10:00~ 12:00	いろいろゲームタイム UNOやトランプ、もじびったんなど アンナプルナにあるゲームで遊びます♪
	12:00~13:00	休憩
午後	13:00~ 16:00	人生ゲーム みんなで人生ゲームをします♪



Information (お知らせ)

annapurnaおみくじをご用意しています♪

今年もあります、annapurnaオリジナルおみくじ。お楽しみに!
期間：1月6日(月)～ 無くなり次第終了。



だしもさんからの挑戦状

今月はだしもさんからの出題です。

ぜひ、挑戦してみてください。

【問題】

下記の に当てはまるアルファベットは何でしょう?
理由も答えてね。

1 = C

4 = Y

7 = S

2 = J

5 = G

8 = H

3 = S

6 = R

9 = K

10 =

出題者募集しています

annapurnaでの挑戦状では、出題者を募集しています。出題したいなぞなぞやクイズがありましたら、問題と回答を職員まで提出してください。お待ちしております♪