
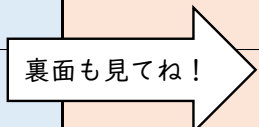


2023 年 11 月

annapurna

予定表

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
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		1	2	3	4	5
		WORK	WORK	閉所 (文化の日)		
		個別活動	14:00閉所(職員会議)			
			15:30-16:30 カタカナシー			
6	7	8	9	10	11	12
10:00-11:00 ゆるトレ [簡単ダンスエクササイズ]	閉所 (ナイスハートフェア inアリオ)	閉所 (ナイスハートフェア inアリオ)	WORK	個別活動		
フリーペーパー編集部			14:00閉所(職員会議)	ゆるふわ企画部		
13	14	15	16	17	18	19
個別活動	WORK	WORK	WORK	個別活動		
座談会(午後の部) [好きな作品]	テーマ当研(定員5) 「音の苦勞」	モノづくり&アート [羊毛フェルト:シマエナガ]	ピアサポーター とはなす会	個別活動	おすすめ動画+SNSトーク (お菓子つき)	
20	21	22	23	24	25	26
閉所 (土曜振替)	WORK	WORK	閉所 (勤労感謝の日)	10:00-11:00 ゆるトレ [簡単椅子ヨガ]	個別活動	
	当研マナブ(定員5) 「当研しようぜ」	最近の苦勞当事者研究 (定員5)		15:00~ 音楽と〇〇 【今月の〇〇:ハーブティ】	14:00-16:00 当事者研究 びすたーらい(定員5)	
27	28	29	30			
個別活動	WORK	座談会(午前の部) [好きな作品]	ひとり暮らしごはん(定員4)			
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)	S.A.(定員5)			
		Sweets作り [スイーツポテト](定員6)				
		15:00-17:00 ピアとはなす会				
				【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。		
						 HPはこちら



今月のピックアップ

『モノづくり&アート』



今月は羊毛フェルトでシマエナガを作ります。かわいいシマエナガのマスコットと一緒に作りませんか？お気軽にご参加ください♪

今月の注目イベント

みんなでわいわい **おかしもあるよ♪**

おすすめ動画紹介 & SNSトーク！

日時：11月17日(金)13:00~15:00
参加費：お菓子代 ~200円以内
(食べない場合は無料で参加できます！)

**YouTubeなどの動画コンテンツの
おすすめを紹介し合おう！**

その動画をみんなで一緒に見たり、
動画やSNSなどについて話したりします。
全然わからないから話を聞いてみたい…
という方も大歓迎です！

annapurnaからの挑戦状

今月はカタカナナーシ的クイズ。
カタカナナーシとは、お題の単語をカタカナにして説明して答えてもらうゲームです。
3つのお題をカタカナにして説明するので、何についての説明か考えてみてくださいね。

【問題】

- Q1) 国内では北海道のみに生息する鳥。雪の妖精。
Q2) さつまいもを主材料のお菓子。さつまいもを裏ごしして、砂糖、牛乳、牛酪などと練り合わせて焼いたもの。
Q3) 電気通信網で登録した人同士が交流できる会員制の提供媒体。

【答え】

Q1) _____ Q2) _____ Q3) _____

(ヒント) 3問とも11月のプログラムに関係しています。
※クイズの答えを職員にお答えいただき、全問正解の方は翌月の予定表に載っちゃうかも?! ぜひ挑戦してみてくださいね。

10月の正解者発表!



☆よっし~さん
☆のんたさん

また挑戦してくださいね♪