

2025 年 4 月

annapurna

予定表

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5
	閉所 (会議)	WORK	WORK	個別活動	
		個別活動	14:00閉所(会議)	ゆるふわ企画部	
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]	WORK	閉所 (会議)	WORK	個別活動	
個別活動			個別活動	個別活動	
15:30-16:30 ゆるトーク			14:30-16:30 ピアと話す会	個別活動	
14	15	16	17	18	19
個別活動	WORK	WORK	WORK	個別活動	個別活動
個別活動	当研マナブ(定員5) [オリエンテーション]	最近の苦勞当事者研究 (定員5)	個別活動	おやつ作り [クーンフレーククッキー]	14:00-16:00 当事者研究 びすたーらい(定員5) 16:15閉所
21	22	23	24	25	26
閉所 (土曜振替)	WORK	WORK	ひとり暮らしごはん(定員4)	個別活動	
	当事者研究ありあり (定員5)	UNO大会 (おかし付き)	14:00-16:00 S.A.(定員5)	フリーペーパー編集部 15:30-16:30 ゆるトーク	
28	29	30			
個別活動	閉所 (昭和の日)	座談会 [最近ハマってるもの]			裏面も見てね!
14:00-15:00 ゆる散歩		個別活動	個別活動		
	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登録は はこちら

今月の
おすすめプログラム

UNO大会

4/23(月)13時-15時
おかし代あり
アンナプルナ恒例の
UNO大会です。
詳細は裏面をチェック!

New!
ゆる散歩

4/28(月)14時-15時
4月からの
新プログラムです!
ゆるっとお散歩を
楽しみましょう♪

ゆる散歩
今月の行き先

北大構内
お花見もできるかも?


ゆるトーク
今月の飲みもの 

ロイヤル
ミルクティー
(インスタント)

お茶を飲みながら
ゆったりお話ししましょう♪

やりたい、行ってみたいを実現！ ゆるふわ企画部Presents

4月のイベント



新職員と一緒にUNOで遊びましょう♪
おかしも用意してお待ちしてます！

【日時】

4月23日(水)13:00~15:00

【参加費】

おかし代 **150~300円**
(参加人数によって変わります)



Information - お知らせ -

新年度から施設長が新しい職員に変わります。新職員からのあいさつを紹介します。



はじめまして。石狩市にある、『ぽけっと』から異動になりました杉本(すぎもと)と申します。
ぽけっとでは、ヘルパーとして主に外出のサポートをしておりました。アンナプルナでも皆さまと一緒に色々な経験をしながら、楽しく充実した時間を過ごすことができると嬉しいです。
4月からの新たな出会いを心より楽しみにしております。
これからどうぞよろしくお願いいたします。

annapurna からの 挑戦状

今月はゆなさんからの出題！

芸能人年齢クイズ！
どっちが年上でしょう？

- ① 明石家さんま と ビートたけし
- ② 芦田愛菜 と 加藤清史郎

アイドルクイズ！

- ③ LE SSERAFIM と ME:I、先にデビューしたのは？
- ④ モーニング娘。と AKB48、シングル数が多いのは？

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♪

3月のこたえ… 仮面ライダー (ウルトラマンはカップヌードルが出来上がる前にタイマーが切れるから)