





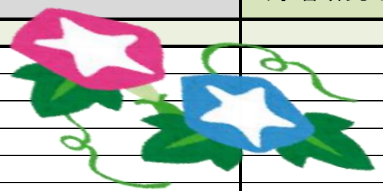
2019 年 7 月


annapurna

月間予定表

月		火		水		木		金		土		日	
1		2		3		4		5		6		7	
9:30-11:30 作業	9:30-11:30 商品製作部	9:30-11:30 作業		9:30-11:30 商品製作部		9:30-11:30 商品製作部		9:30-11:30 個別活動		9:30- パン作り(定員6) 【蒸しパン】			
13:00-15:00 ゆるふわ企画部(仮)		13:00-15:00 テーマ当研(定員8) 【暴走の苦労】		13:00-15:00 カラオケ		14:00 閉所		11:30-15:00くらい ゆるふわ企画部企画 【カレー&アイスクリーム】		14:00-16:00 当事者研究 (定員8) (チームびすたーらい)			
8		9		10		11		12		13		14	
9:30-11:30 作業	9:30-11:30 商品製作部	9:30-11:30 作業		12:30開所		9:30-11:30 商品製作部		9:30-11:30 個別活動					
13:00-15:00 フリー		13:00-15:00 フリーペーパー編集部		13:00-14:30 スポーツ 【ヨガ】		13:00-15:00 S.A.(定員6)		13:00-15:00 商品製作部					
15		16		17		18		19		20		21	
閉所日 (海の日)		12:30開所		9:30-11:30 作業		9:30-11:30 商品製作部		9:30-11:30 個別活動					
		13:00-15:00 当研マナブ(定員8) 【発表会振り返り】		13:00-15:00 最近の苦労当事者研究 (定員6)		13:00-15:00 フリー		15:00 閉所					
22		23		24		25		26		27		28	
9:30-11:30 作業	9:30-11:30 作業	9:30-11:30 作業		9:30-11:30 商品製作部		9:30-11:30 作業		11:00-14:00 プチパーティ 【素麺・かき氷】					
13:00-15:00 商品製作部	13:00-15:00お菓子作り 【レアチーズケーキ】 15:00 閉所		フリー	フリーペーパー 作業日	13:30-15:00 T.H.E.; Try Happy English								
29		30		31									
閉所日		9:30-11:30 作業	9:30-11:30 商品製作部	9:30-11:30 ひとり暮らしごはん(定員4)									
		13:00-15:00 当事者研究ありあり(定員6)		13:00-15:00 夏休み企画 【スライム作り】									

【定員のあるプログラム】
 先着順となります。既に定員に達した後のお申込み
 につきましては、ご見学者としての参加をご案内さ
 せていただく場合がございますので、ご了承いま
 す。
 【フリースペースとしての利用について】
 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。
 ご協力の程を、よろしくお願い申し上げます。



※各プログラムへの参加については、必ず事前にご相談下さい。
 ※イベント等は参加希望人数により、変更となる場合がありますのでご了承ください。
 オレンジの塗りつぶし は材料等の実費負担があります。参加者には別途お知らせいたします。

annapurna プログラムのご案内

作業 お仕事系プログラム。 主に軽作業を中心にを行います。	パン作り 手ごねでパンを作って、ランチをします。 焼きたてのパンに感動すること間違いなし？	テーマ当研 定員8名。各回のテーマに沿った“あるある苦労”をみんなで共有します。
商品製作部 お仕事系プログラム。かわいい雑貨を製作しています。製作したものは年に数回、バザーや研修会などで販売しています。	カラオケ 約2か月に1度の開催です。近くのカラオケボックスで歌います。ストレス発散になりますよ♪聴くだけ参加もウエルカムです。	当研マナブ 定員8名。当事者研究について深めていく場です。スモールステップで当事者研究を進めていきます。
個別活動 時間をどう使うかはあなた次第。趣味活動や、休息、お仕事、勉強など過ごし方は様々です。	プチパーティ 月に1回、最終金曜日に開催予定。月替わりでお好み焼きやたこ焼き、ピザなどメニューは様々。みんなで作ってわいわい食べましょう♪	最近の苦労の当事者研究 定員6名。最近経験した苦労について研究します。身近にある研究の種を見つけましょう。
スポーツ 軽スポーツで身体を動かして気分をリフレッシュ。 月替わりでヨガや卓球、ウォーキングなどを行います。	ひとり暮らしごはん 偶数月の木曜日、奇数月の水曜日に開催予定。仲間と一緒に簡単な料理をします。当日にメニューを決め、買い物もを行います。	当事者研究(ありあり/びすたーらい) 定員6名/8名。日常にある自分の苦労のパターンについて研究しましょう。合言葉は「それで、順調！」。
ゲーム 不定期開催。トランプやUNO、オセロや人生ゲームなど、みんなでゲームしましょう。	お菓子づくり おいしいお菓子を作ります。スイーツを食べにお出かけすることもあるかも？！	S.A. 定員6名。言いつばなし、聞きつばなしの場です。自分のペースで安心してお話しすることができます。
T.H.E.(Try Happy English) 今年度は4回の開催予定。通称スケジュール先生を講師にお招きして、簡単な英会話に挑戦。初心者でも楽しく参加できます！	ゆるふわ企画部企画 前月にゆるふわ企画部で企画したイベントです。毎月どんなイベントが企画されるかわくわくします。	きまぐれ学習会 不定期開催。色々なことを学ぶ会です。今年度は、お金について、防災について、事業所見学などを構想中。
フリーペーパー編集部 ほぼげっかんanandapurnaの内容を決めるミーティングです。季節ネタやアンナブルナの日常、当事者研究や個人のコラムなどを掲載しています。メンバー募集中！	ゆるふわ企画部(旧企画MT) 翌月のイベントを企画するミーティングです。自分がやりたいことが叶えられるかも？	

今月のゆるふわ企画部企画

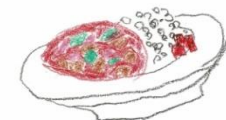
夏だ！カレーだ！アイスもあぶ

日時：7月5日(金) 11:30～15:00
 アナ7014集合
 11:30

場所：RARA(ナールカレー)
 カラメル雑貨店(アイスクリーム店)

費用：食事代(2,000円以内)

参加される方は、必ず7月2日(火)まで
 職更にお申出ください。



7月のプログラムはカレー、素麺、THE、カラオケなど...盛沢山！スライム作りもしますので、ぜひご予約ください☆