

オフの森について

オフの森では、主に3つの場を提供致します。

01

自然と触れ合う場
五感を感じ、
ストレス発散

02

対話できる場
対話を通し、他者を
知り、自分を知れる場

03

自分と向き合える場
時間のゆとりを感じ
新しい自分と出合える場

“オフの森”ネーミングの由来は、この場所で日頃の生活のONとOFFを切り替え、更にOFF(今いる所から離れるという意味)して、心身ともにリセットをするという意味です。

いつもと違う場所で
ONとOFFを
切り替える。

様々な人の
集まりの中で
自分のアイデンティティ
を見つける。

古民家を利用した
五感体験
(アロマ・瞑想・音楽
匂いの味覚・自然に触れる)

ゲストや専門職を
交えてのイベントを開催
(ゲストの話聞くだけでなく
参加者が主体的になる)

ご利用は会員制です。

会員になるには、
既存会員2名様以上
からのご推薦が
必要となります。

OPENしている日

- 毎週水曜日 11時~16時
- 第2土曜日 11時~16時

※都合によりお休みする場合がございます。

バスでお越しの方は、開店前でも中でお休み頂けます。

問合せ先 089-906-4117

※詳しくは、オフの森までお問い合わせ下さい。

オフの森1回ご利用料金

- A お昼ごはんセット 2,000円 + 1日ご利用料金 (お弁当・お汁・ドリンク・お菓子付)
- B カフェセット 1,000円 + 半日ご利用料金 (ドリンク・お菓子付き)

● Aセットご希望の方は、2日前までにご予約下さい。

僕がオフの森を作った理由

世代を問わず日々の生活にストレスや生きづらさを感じている人が多くいます。自分と対峙する時間や人と一緒に想いを共有できる場所も少なく、また自然と触れ合う機会も少なくなりました。以下の様々な問題点を一つでも解決できるような居場所を提供したいという思いから“オフの森”をつくりました。

MANAGER SHUN KIHARA

- 活動拠点が職場と家(学校と家)しかなく、他のコミュニティでの交流が少ない
- 忙しくて自分の興味や趣味に向き合うことができない。
- いろんな生き方があっていいのに、狭い視野でしか考えられない
- 休みの日に充実感を感じる機会や選択肢がない
- どんな生き方をしたらいいのか、自分と向き合えるような場所や時間が必要と考えている人が多い
- コロナ禍で生活のスタイルが変わり、狭い空間で過ごすことにストレスを感じている人が多い。

オフの森
木原 駿
マネージャー



おぼたほりリセットできる居場所

オフの森は、NPO 法人認知症予防サポートげんきの森・まなびの森の活動にも場所を提供しています。