

メンバーさんの
提案コーナー
こころの幸せ度

普段の生活の中で感じる幸せを「%」で表します。
どんな些細なことでもOK！振り返ってみれば、
結構幸せって身近にありますよね♪
みんなで日頃の“プチ幸せ”を発表しあって、
その幸せ気分を分け合ってみませんか～？

- ・体調を崩しやすい季節だから<50%>
- ・気分が充実しているから<100%>

●喫茶(スパンプリ)での夜間サロンのお知らせ♪●

夜間サロンを1階喫茶スパンプリで行っています！

今回は**8/16(金)**です。

(月2回のうちの1回。当日2階本館は16:30に閉所になります)
是非、気楽にふらっとお立ち寄りください♪

※上記時間帯のアクセス本館はスタッフ不在となりますので、ご了承ください。



おまちしています

【分室開所時間】

13:30~16:30

※都合により休館とさせていただきます。日程については通信等でご確認下さい

【分室住所】

阿倍野区美章園 3-2-12
公楽園マンション
1階



夏

ま

つ

り



日時：8月3日(土) 18:00~20:00

場所：アテナ平和

どなたでもご参加いただける地域交流イベント『アテナ平和の夏祭り♪』全屋台で飲食できるチケットを当日食品 300円・ゲーム 100円にて販売しています♪是非ご参加下さい♪

《アクセスマップ》

発行元 地域活動支援センター『アクセス』
(障害者支援施設 『アテナ平和』2階)

住所 大阪市阿倍野区美章園 3-7-2

TEL 06-6629-2165 (アクセス直通)

URL <http://www.athena-heiwa.jp/>



開所時間:月曜~金曜(祝日も含む) 9:30時~16:30時
水曜のみ12時~16:30時の開所。(午前中はお休み)
第1・3・金曜は、夜間サロンとして、18:30時まで開所。

アクセス通信 Vol.137

8月ですね！！

夏本番です。

アウトドアの季節です。

涼を求めて海や山に

行かれる方々、体調に気をつけて行ってくださいね。

今月もよろしくお願いいたします m(.).m



この挨拶文を含め「アクセス通信」はメンバーさんみんなで作っています。
興味のある方は、「アクセス通信編集日」に是非ご参加下さい



活動ご報告

●カキ氷の会●...7/5(金)7/16(火)

暑くなってきましたね♪夏恒例のカキ氷を2回開催しました♪
お口の中は冷たく甘く涼しくなりました！！
今月も開催します♪♪



ジャム入り♪



抹茶みつ♪

【感想】

- ・食べて涼しくなった。
- ・カキ氷食べて美味しかった。
- ・抹茶がさっぱり食べれて美味しかった

●インテアンカレーにしよう第2弾！●

..7/15(月)

前回好評だった難波のインテアンカレーに行こう！の第二弾でした。みんな大満足の味でした。



たまご入り



【感想】

- ・初めて行ってみたい楽しかった。
- ・酢漬けが少なくなっていた。味は良い。
- ・初体験、程よい辛さ、卵も良く合う味

今月の好き！

今月のメンバーさんの「好きなもの」は「うな重」と「うな丼」でした♪

地域活動支援センター アクセス 8月の月間プログラム予定表

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
プログラム				茶話会 in分室 14:00~	映画鑑賞会① 14:00~	夏祭り	休日
メモ欄				分室 PM 1:30~4:30	夜間サロン (PM4:30~6:30)		
	5	6	7	8	9	10	11
プログラム	メンバーミーティング in分室 (詳細未定)		コミュニケーションの会 in文の里会館 『ハーモニカを聞きに行こう』 13:15~		AM: 健康のつどい『盆踊りとと懐かしの音楽にのせての健康体操』 おやつクッキングin分室 14:00~	休日	休日
メモ欄	分室 PM 1:30~4:30				分室 PM 1:30~4:30 ※開所時間変更予定		
	12	13	14	15	16	17	18
プログラム	イベントデイ ※詳細はポスターにて	創作活動 in分室 14:00~	カキ氷の会① in分室 14:00~	5F活動 『テニスをしよう!』 14:00~	語ろう会 14:00~	休日	休日
メモ欄		分室 PM 1:30~4:30	分室 PM 1:30~4:30		夜間サロンinサブプリ (PM4:30~6:30)		
	19	20	21	22	23	24	25
プログラム	アクセス通信編集日 14:00~		メンバーさん企画 『図書館に行こう! 第5弾!』 14:00~	地域清掃 14:00~	音楽活動 14:00~	休日	休日
メモ欄							
	26	27	28	29	30	31	
プログラム	ヘルシークッキング in分室 (詳細未定)	アクセスDEクリーン 14:00~	映画鑑賞会② 14:00~	メンバーミーティング 14:00~	カキ氷の会② in分室 14:00~	休日	
メモ欄	分室 PM 1:30~4:30 ※開所時間変更予定				分室 PM 1:30~4:30		

都合により、上記の予定は変更・中止になる場合があります。変更・中止のある場合はセンターに掲示しますので、各自確認してください。プログラム活動への参加・不参加は自由です。活動の一部で材料費等実費負担していただく場合もあります。不明な点はスタッフまでお問い合わせください。

※ 空欄について ※

プログラム表の空欄部分は、フリーの時間となります。●ゆっくり過ごす ●活動メニュー（右枠参照）から好きな活動を選んで個人やグループで自由に活動をする ●趣味のサークルや外出イベントの企画など、仲間を呼びかけて活動する…など、ご自由にお過ごし下さい。

活動メニュー

- 卓球
- Wii
(スポーツ・Fit)
- カラオケ
- 書道
- パソコン
- 将棋
- 囲碁
- ひらめき☆川柳
- ぬり絵・写生
- トランプ
オセロ
- 音楽鑑賞
- 手芸
- 読書
- ★これに限らず随時提案や意見があれば検討したいと思います。

◀8月のプログラムについて▶

8月イベントデイ

●インドカレーを食べに行こう●
…8/12(月・祝)

今回はご近所にあるインド料理屋の本格インドカレーを食べに行きます。



※詳細はポスターにて

●おやつクッキング in 分室●
…8/9(金)

月1回、手軽につくれるおやつ作りに挑戦しています。最近では『モスビスケット』を作りました♪お気軽にご参加下さい



モスビスケット♪

【場所】分室
【費用】100円

●音楽活動●…8/23(金)

月1回、5階多目的スペースにてボランティアさんと共いろいろな曲に挑戦しています。お気軽にご参加ください♪



●創作活動 in 分室●…8/13(火)

アクセスの人気プログラムです♪ペーパークラフト・ぬりえカードづくり等色々挑戦しています♪今回のテーマはまたメンバーミーティングにて決めたいと思います♪



7月の切り絵♪夏祭りの看板にも♪

●語ろう会…8/16(金)●

月1回、テーマを決めて語るプログラムです♪先月は『暑さをのりきる方法』を話し合いました♪今月のテーマはミーティングにて決める予定です!!



5階活動

●テニスをしよう●…8/15(木)

5階地域交流スペースにて、ソフトテニスを楽しみます。みんなで運動して、汗をながしましょう♪



・プログラム内容に関しては、「メンバーミーティング」「アクセス通信編集日」の日に、みんなで検討しています。

希望などがある方はぜひ、提案して下さいね。みんなで話し合おう\(^▽^)/

・上記のようなプログラムが決まっていますが、来所されているメンバーさん同士話し合っ、メンバーさんの好みに合わせて自由に過ごしていただくことができますので、気軽に来て下さいね♪ ・今月もよろしくお願ひします! \(@^▽^@)/