

アクセス通信 Vol.149

こころの幸せ度

- ・編み物教室に楽しんで通えていること<120%>
- ・自分でつくったご飯を食べるときに<100%>
- ・筋トレした後<100%>

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～??

巨大アートを作ろう & ハロウィン企画に参加しよう!



コロナ禍でもつながりを感じ取れる取り組みとして、アテナ平和全体で、一つのアート作品を作ります。アクセスでは、月2回の創作活動で、この巨大アートを作ろうと携わりたいと思っています。
普段大きなキャンパスに描く機会はなかなか無いかと思うので、みんなで一緒に思いきり描いてアートしませんか♪
また、出来上がったアートを前にハロウィン企画を行う予定です♪♪
(詳細はポスターにて)

《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/>

分室住所：阿倍野区美章園 3-2-12
公楽園マンション1階



10月ですね♪
涼くなりましたね。気持ちの良い季節です。お出かけしたくなりますね♪
スポーツの秋、食欲の秋、芸術の秋
ハロウィンもあります。楽しみましょう。

今月もよろしくお願ひします。

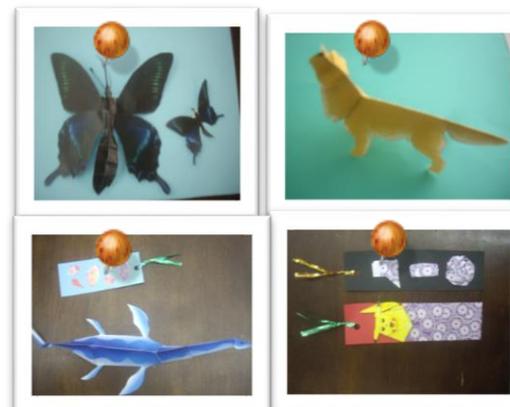


「アクセス通信」はメンバーさんみんなで作っています。
興味のある方は、「アクセス通信編集日」に是非ご参加下さい

9月 活動ご報告

●創作活動●9/8(火)・24(木)

9月のテーマは「ペーパークラフトと栞」でした。2回とも素敵な作品が出来上がりました。



●イベント日●9/21(月・祝)

9月の祝日は2名のメンバーさんでぬりえを行いました。個性的な作品が出来上がりました。



【感想】

- ・心が落ち着きました
- ・完成した時、気持ちよかった

地域活動支援センター アクセス9月の月間プログラム予定表(※分室にて開所)

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
プログラム	【分室サロン開所時間】 午前 10:00~12:00 午後 14:00~16:00		毎週水曜日は お昼 14時から の開所です	ふみの里 ほっこり庵 @文の里会館 『お月見のうさぎぼうしづくり』 13:15出発	創作活動① (アテナ平和・巨大アート企画) in 緑化スペース 14:00~	休日	休日
メモ欄					※夜間サロンなし		
	5	6	7	8	9	10	11
プログラム	メンバーミーティング 14:00~	映画鑑賞会① 14:00~		トークタイム 14:00~		休日	休日
メモ欄			午後のみ開所				
	12	13	14	15	16	17	18
プログラム		音楽企画① in緑化スペース 14:00~	地域清掃 14:00~	語ろう会 14:00~		休日	休日
メモ欄			午後のみ開所		※夜間サロンなし		
	19	20	21	22	23	24	25
プログラム	アクセス通信編集日 14:00~		お散歩しよう! 14:00~	映画鑑賞会② 14:00~	創作活動① (アテナ平和・巨大アート企画) in 緑化スペース 14:00~	休日	休日
メモ欄			午後のみ開所				
	26	27	28	29	30	31	
プログラム		音楽企画② in緑化スペース ~午前予定~	アクセスDEクリーン 14:00~		メンバーミーティング 14:00~	休日	
メモ欄		アート&ハロウィンコラボ企画	午後のみ開所				

※ 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。

すべて分室にて開催!
時間も短めの実施!!

10月のプログラム

感染予防の対策と両立可能な
プログラム活動をメンバーミ
ーティングで決めました。

●お散歩しよう●

メンバーさん持
ち込み企画です。
気持ちのいい季
節、お散歩ませ
んか。場所は文の
里商店街のあた
りです。お気軽に
ご参加ください。



詳細はポスターにて

●音楽企画①②●

今月練習するのはビートルズの「let it be」です。みんなで演奏しませんか?

○10/13(火)
緑化スペースにて演奏練習

○10/27(火)
緑化スペースの巨大アートを前に
ギター演奏タイム♪



●語ろう会●

「悩みを語れる場」として、他の人の話を
聴いてみたいこと、自分の気持ちを語り
たいことを、お互い耳を傾け合える時
間にできれば、と思います。テーマは、メン
バーミーティングで話し合っ
て決めます。



●トークタイム●

特にテーマは決めないで、みんなで話し
たいことを話します。お気軽にご参加く
ださい。



●映画鑑賞会●

先月は、小スクリーンを使って『インシ
テムル』『ターミネーター4』を観まし
た。映画館のような雰囲気のもと、参
加された方からは好評でした♪



●創作活動①②●

今月のテーマはアテナ平和のみんなで作
る「巨大アート」に参加予定です。
どんなものが出来るか楽しみです。



・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。みんなで話し合いましょう\(^▽^)/

・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
て、メンバーさんの好みに合わせて自由に過ごしてもらおう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
願います! \(@^▽^@)/