

アクセス通信 Vol.151

こころの幸せ度

- ・真っ赤なお鼻のトナカイの歌を聴くと元気になる<100%>
- ・今日は雨なので95%だけれど、雪が降れば<99%>

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～？

クリスマス会のお知らせ

日 時：12月17日(木)
時 間：14:00～15:00 (予定)
内 容：ゲーム・ビンゴ (※今年は飲食なしです)
場 所：アクセス分室 (※ボランティアさんも参加)
参 加 費：500円
申込〆切り：12月8日(火) 15時 (参加費ともに)

★〆切り後に買い出しなどの役割分担をきめていくミーティングを行う予定です。



12月ですね♪

クリスマスと年の瀬が近づいてきました。いちごのケーキやチキンも食べたいです。慌ただしいけれど、ゆっくりコタツでみかんもいいですね。

今月もよろしくお願いします。



「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

11月 活動ご報告

●音楽企画●11/17(火)

「Let it be」を緑化スペースで演奏しました。最後の仕上げで楽しい演奏の時間になりました。



【感想】

- ・思っていたより楽しい。
- ・みんなの音が聞こえた。
- ・良いギターだと思った。

●創作活動●11/13・27(金)

切り絵をしました。素敵な形がたくさん出来ました。



【感想】

- ・思ったよりもシンメトリーが形になるのが面白かった
- ・楽しかった

《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



地域活動支援センター アクセス12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	5	6
プログラム	毎週水曜日は お昼 12時から の開所です	映画鑑賞会① 14:00~	メンバーミーティング 14:00~	心の里 ほっこり庵 @文の里会館 『クリスマスオーナメント作り』 13:15出発		休日	休日
メモ欄			午後のみ開所		※夜間サロンなし		
	7	8	9	10	11	12	13
プログラム	語ろう会 14:00~	創作活動① 14:00~	地域清掃 14:00~	音楽企画 14:00~		休日	休日
メモ欄			午後のみ開所	★ボランティアさん			
	14	15	16	17	18	19	20
プログラム		トークタイム 14:00~		クリスマス会 14:00~		休日	休日
メモ欄			午後のみ開所		※夜間サロンなし		
	21	22	23	24	25	26	27
プログラム	アクセス通信編集日 14:00~			創作活動② 14:00~	アクセスDEクリーン 14:00~	休日	休日
メモ欄			午後のみ開所				
	28	29	30	31	【分室サロン開所時間】 10:00~16:00 水曜日12:00~16:00 年末は29日(火)まで 年始は4日(月)からの 開所になります!!		
プログラム	映画鑑賞会② 14:00~	メンバーミーティング 14:00~	休日				
メモ欄							

※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。

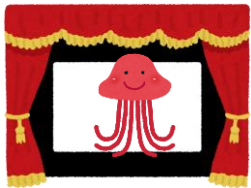
すべて分室にて開催!
時間も短めの実施!!

12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。

●映画鑑賞会●

月2回、分室で映画を観ています。中スクリーンをつかうので、映画館みたいな雰囲気です。



●アクセス通信編集日●

毎月のアクセス通信の内容を決める会議です。みんなで載せる記事をきめます。どうぞご参加ください。



●音楽企画●

今月は分室にて音楽ビデオを観ながら音楽トークをします。体操もありますよ。

○12月10日(木)
70年代~90年代の邦楽を
観る予定です♪



詳細はポスターにて

●語ろう会●

「悩みを語れる場」として、他の人の話を聞いてみたいこと、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決めて



●地域清掃●

アテナ平和の周りや公園を清掃します。きれいになったら、気持ちもすっきりしますよ。お気軽にご参加ください♪



●創作活動①②●

アクセスの人気プログラムです。今月のテーマはメンバーミーティングで決めます。詳細はポスターにて。



- ・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、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♪ ・今月もよろしくお願ひします! \(@^▽^@)/