

こころの幸せ度

- ・ピンポンダッシュは解決に<30%>
- ・足裏マッサージが良かった<70%>

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～??

年末年始の開所日のお知らせ

年末は12月29日（火）まで開所しています。

年始は1月4日（月）から開所します。

新しい一年も皆さまにとって、
幸多い一年となりますように。



《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



アクセス通信 Vol.152

1月ですね♪

あけましておめでとうございます。
去年はコロナで大変でした。
今年はどういう年になるでしょうか？

今月もよろしくお願いいたします。



「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

12月 活動ご報告

●クリスマス会●12/17(木)

メンバーさん5名ボランティアさん1名スタッフ2名でクリスマス会をしました。ビンゴにトーンチャイム演奏と盛り上がりました。



【感想】

- ・音楽演奏もビンゴも楽しかった
- ・準備段階から参加出来て良かった
- ・素敵なクリスマス会をありがとう

●創作活動●12/8・24

今回はクリスマスカードを作りました。それぞれの個性が出て素晴らしいカードが出来上がりました



【感想】

- ・図工の時間みたいで楽しかった
- ・楽しかった

地域活動支援センター アクセス1月の月間プログラム予定表(※分室にて開所)

	月 4	火 5	水 6	木 7	金 8	土 9	日 10
プログラム	トークタイム 14:00~	メンバーミーティング 14:00~		映画鑑賞会① 14:00~	散歩をしよう 14:00~	休日	休日
メモ欄			午後のみ開所		※夜間サロンなし		
	11	12	13	14	15	16	17
プログラム	イベントデイ 『ゲームをしよう』 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		
	18	19	20	21	22	23	24
プログラム		アクセスDEクリーン 14:00~	アクセス通信編集日 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		
	25	26	27	28	29	30	31
プログラム	メンバーミーティング 14:00~	映画鑑賞会② 14:00~		創作活動② 14:00~		休日	休日
メモ欄			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。

【分室サロン開所時間】
10:00~16:00
水曜日12:00~16:00

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。

●イベントデイ●

11日(月)ゲーム大会を行います。
みんなで楽しみましょう。
寒さ忘れるかも?!♪



詳細はポスター
にて

●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。

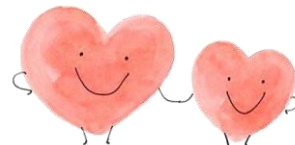


○1月15日(金)
みなさんの好きな音楽ビデオ
を順番に観ます。

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
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。



●メンバーミーティング●

毎月のプログラムをみんなで相談し
て決めます。創作活動のテーマや
語ろう会のテーマなども決めます。



●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ま
ります。詳細はポスターにて。



●アクセスDEクリーン●

いつも使うサロンをみんなで掃除し
ます。きれいになったサロンで気持
ち良く年を越しましょう。



- ・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! \(@^▽^@)ノ