

こころの幸せ度

- ・誕生日を祝ってもらった(ケーキとねぎとろ丼)
〈120%〉
- ・新しい趣味が見つかった〈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～？

アクセス通信 Vol.157

6月ですね♪
梅雨に入りジメジメしていますが、紫陽花が咲いていますね。
カタツムリやなめくじなど
ゆっくり動く生き物を見るのも
楽しいかもしれません。



「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

今月もよろしくお願ひいたします。

5月 活動ご報告

●創作活動●5/7(金)

今月は色鉛筆画がテーマでした。
ハガキに絵を描いたり、ぬりえをしました。
じっくり絵を描いて集中しました。



【感想】

- ・初めてのぬりえで落ち着いて出来ず楽しくなかった。
- ・好きなものを書いてなつかしかった。

●語ろう会●5/14(金)

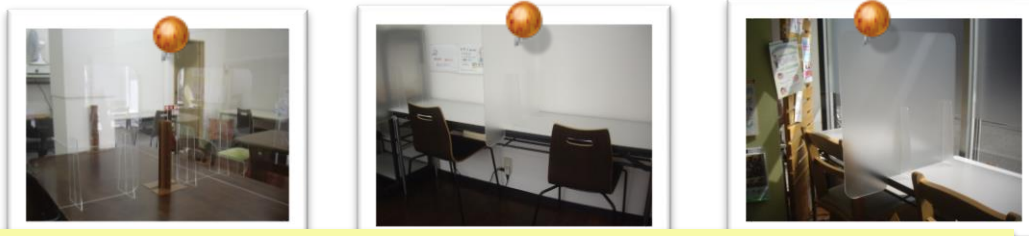
今月のテーマは「空白の時間をどう過ごす?」「幻聴が聞こえる時どう生活してる?」を話し合いました。



【感想】

- ・初めての人がいって緊張した。
- ・意外なほど、みんな話した。

♪分室のレイアウトを変更しました♪



引き続きコロナ感染症対策として

- ・レイアウト変更
 - ・水分の提供を一時中断しています
- 感染症対策のご協力をお願いします(手洗い・消毒など)



《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6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	映画鑑賞会① 14:00~	メンバーミーティング 14:00~	文の里ほっこり庵 @文の里会館 『ガラスのコスター作り』 13:15出発	創作活動① 14:00~	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	いのち輝く体操 14:00~	トークタイム 14:00~		語ろう会 14:00~	休日	休日	
メモ欄	★ボランティアマン	午後のみ開所					
14	15	16	17	18	19	20	
プログラム	アクセスDEクリーン 14:00~		地域清掃 14:00~	アクセス通信編集日 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	音楽活動 14:00~	映画鑑賞会② 14:00~		創作活動② 14:00~	メンバーミーティング 14:00~	休日	休日
メモ欄	★ボランティアマン	午後のみ開所					
28	29	30	<div style="background-color: #e0f0e0; padding: 10px; display: inline-block;"> 【分室サロン開所時間】 10:00~16:00 水曜日12:00~16:00 </div> <div style="background-color: #ffe0e0; padding: 10px; display: inline-block; margin-left: 20px;"> 毎週水曜日は お昼 12時から 開所です </div>				
プログラム	散歩をしよう 14:00~						午後のみ開所
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！！

6月プログラム活動

●音楽活動●

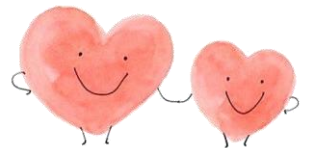
今月は緑化スペースでギターやキーボード等で「戦争を知らない子供たち」の練習をします。6月21日(月)の予定。
※雨天時は室内で音楽ビデオ予定



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。

●語ろう会●

「悩みを語る場」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。



●お散歩しよう●

6月28日(月)に『河堀口の商店街』に散歩に行く予定です！どんなお店があるのか見て回りましょう♪



詳細はポスターにて

●映画鑑賞会●

月に2回分室で映画を観ています。2時に来られている人達で好きな映画を相談して決めています。



●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めます。詳細はポスターにて。



切り絵で作った作品です♪

●いのちかがやく体操●

6月7日(月)から体操のプログラムを始めます。音楽活動の前後にしていた体操が独立します。ぜひご参加ください。



- ・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