

こころの幸せ度

・創作活動のコラージュが思っていた通り出来て良かった<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～？

アクセス通信 Vol.158

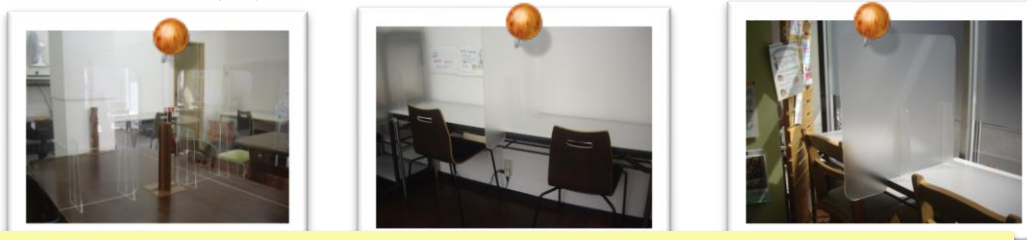
7月ですね♪
七夕が終わると梅雨が明けて暑さも本格的になります。
この時期のお楽しみは冷たく甘いかき氷やアイスクリームかもしれませんね。



今月もよろしくお願ひいたします。

「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」には是非ご参加下さい

♪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）



6月 活動ご報告

●創作活動●6/7(金)24(木)

6月はコラージュをしました。色々な切り抜きを組み合わせると思いがけない出来上がりになりました。楽しかったです。

●いのち輝く体操●6/21(月)

今回初めて体操をプログラム化して緑化スペースでやりました。癒しの音楽とゆっくりとした体操で心も身体も楽になりました。



【感想】

- ・図工みたいで楽しかった
- ・可愛い素材があると気付いた
- ・最初難しいと思ったが、楽しかった

【感想】

- ・お日柄も良くのびのびして楽しかった
- ・途中からだだったが、久しぶりに気功を家でやりたい

《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/>

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7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
プログラム	【分室サロン開所時間】 10:00~16:00 水曜日12:00~16:00		毎週水曜日は お昼12時から 開所です	文の里ほっこり庵 @文の里会館 『くるみボタン工作』 13:15出発	創作活動① 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	いのち輝く体操 14:00~ ★ボランティアさん	映画鑑賞会① 14:00~	メンバーミーティング 14:00~		語ろう会 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	トークタイム 14:00~		地域清掃 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	音楽活動 14:00~ ★ボランティアさん	アクセスDEクリーン 14:00~		イベントデイ	アクセス通信編集日 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	創作活動② 14:00~	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			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！！

7月プログラム活動

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●

7月22日(木)はイベントデイ
です。オセロ大会をする予定です。
詳細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

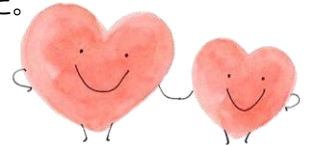
●音楽活動●

今月は緑化スペースでギターやキーボ
ード等で「翼をください」の練習をします。
7月19日(月)の予定。



●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、
語ろう会終了後、参加者で決めること
になりました。



●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●

今月のテーマはちぎり絵。これから
テーマを決めるのは、創作活動終了
後、参加者で行うことになりました。



色鉛筆画で作った作品です♪

●いのちかがやく体操●

7月5日(月)に緑化スペースで体操
します。青空の下でゆっくり体操して
います。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