

こころの幸せ度

・美味しいごはんを食われて幸せ
夏バテしていないく**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～??



フリーの時間のアート活動、ただ今制作中！

7月からフリーの時間に、自由に作る壁面創作をしています。
今のテーマは「花火・スイカ・ひまわり」です。
参加は自由です。見てもらうだけでも歓迎です。

《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.160

9月ですね♪

秋とは名ばかりで残暑が厳しいですね。お月見をしながら、お団子も食べたいけれど、秋は美味しいものの食べすぎに注意です。

今月もよろしくお祈いします♪



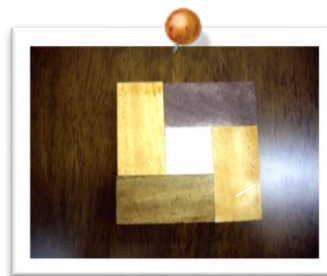
「アクセス通信」はメンバーさんみんなで作っています。
興味のある方は、「アクセス通信編集日」に是非ご参加下さい



活動ご報告

●創作活動●8/6(金)

今月は「木製コースター」を作りました。木片の形やニス色の組み合わせで、少しずつ違う作品になりました。



【感想】

- ・ニスの色が塗った時と乾いた時が違ったが、出来上がりはいい感じ
- ・100円の道具だがきれい

●音楽活動●8/16(月)

雨の止む合間に音楽活動が出来ました。「翼をください」も2回目。音が揃ってきました。演奏を録音してみんなで聞きました。



【感想】

- ・下手なのにみんなと一緒に活動出来てうれしい
- ・適当に弾いていたが、良かった

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
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		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 ※状況によって中止の場合があります		休日	休日
メモ欄			午後のみ開所		※夜間サロンなし		
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~	トークタイム 14:00~		創作活動 14:00~ [木製コースターを作ろう]	休日	15
メモ欄			午後のみ開所				
プログラム	語ろう会 14:00~		地域清掃 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		
プログラム	音楽活動 14:00~ ★ボランティアさん	アクセスDEクリン ン 14:00~	アクセス通信編集日 14:00~	イベントデイ	創作活動① 14:00~	休日	休日
メモ欄			午後のみ開所				
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~		毎週水曜日は お昼 12時から 開所です		
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！！

9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●

9月23日(木・祝)はイベント
デイです。詳細はメンバーミー
ティングで決めます。

●音楽活動●

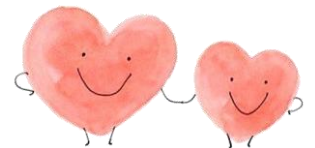
今月は緑化スペースでギターやキー
ボード等で「翼をください」3回
目の練習をします。9月20日(月)
の予定。

●語ろう会●

「悩みを語る場」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、「気分転換の方法」「
ぐっすりねむりたい」です。



詳細はポスターにて



●地域清掃●

アテナ平和の周りや近くの文の里
公園を掃除しています。きれい
になると、気持ちがいいです。
ぜひご参加ください。

●創作活動①②●

9月の創作活動は巨大アート制作
です。テーマは「海の中」。緑化ス
ペースで大きな布に絵を描きま
す。汚れても良い服装で来てくだ
さい。

●いのちかがやく体操●

9月6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。



ちざり絵で作った作品です♪



・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〜(^ ▽ ^) /

・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！ヽ(@ ^ ▽ ^ @) /