

# アクセス通信 Vol.171

## こころの幸せ度

ご飯が美味しくて幸せ・**100%**  
ぐっすり眠れて幸せ・**100%**  
楽しくて幸せ・**120%**



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～？

## ピアサポって何？第3弾の報告

7月8日に分室で開催しました。

ピアサポーターの活動はどんなことをするのか、養成講座は何を勉強するのかなど、質疑応答も交えながら和やかな雰囲気の中での開催となりました♪

## ●アテナ弁当値上げのお知らせ●

燃料費や材料費・水光熱費などの高騰により 8月～下記の新価格に変更となりました。

(旧価格) (8月～新価格)  
450円(税込) → ●500円(税込)

※味噌汁つき ※味噌汁つき  
500円(税込) → ●550円(税込)

## ●スタッフからのお知らせ●

スタッフ松本が7月末～スバルに異動することになりました！

アクセスに来て短い間でしたが、メンバーさんと色々なお話しが出来て楽しかったです♪♪  
暑い日が続きますが皆様お身体に気を付けてくださいね。



## 《アクセスマップ》

発行元 地域活動支援センター『アクセス』  
も (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)

電話相談は 9:30~16:30 水曜日は 12:00~16:30

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



8月ですね♪  
まだまだ暑いですが、いかがお過ごしでしょうか？

涼を取りながらカキ氷等どうでしょうか？  
夏を乗り切りましょう。

今月もよろしくお祈りします♪



「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●7/1(金)

夏がテーマの壁面創作をしました。  
絵を描いたり、貼り絵をしたり皆さんの共同作品が出来上がりました。



#### 【感想】

- やっていると集中します！！
- 完成が楽しみです(^\_^)
- 創作意欲が沸きます。

### ●トーンチャイム●7/11(月)

7月は『七夕さま』を演奏しました♪すぐに音が合い完成度の高い演奏となりました♪

今月は「アメージンググレース」挑戦



#### 【感想】

- きれいな音に癒される
- 演奏が楽しい。
- やり始めたら楽しい。

地域活動支援センター アクセス8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	7
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~		ほっこり庵 13:15~ (ポッチャ大会)	メンバーミーティング 14:00~	休日	休日
メモ欄			午後のみ開所		※夜間サロンなし		
	8	9	10	11	12	13	14
プログラム		トーンチャイム 14:00~		イベントデイ ※詳細はポスターにて	創作活動① 14:00~	休日	休日
メモ欄			午後のみ開所				
	15	16	17	18	19	20	21
プログラム	音楽活動 14:00~ ★ボランティアさん	語ろう会 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		
	22	23	24	25	26	27	28
プログラム	音楽活動自主練習 14:00~		地域清掃 14:00~	映画鑑賞会② 14:00~	散歩をしよう 14:00~	休日	休日
メモ欄			午後のみ開所				
	29	30	31				
プログラム	創作活動② 14:00~	トークタイム 14:00~	メンバーミーティング 14:00~		【分室プログラム開所時間】 10:00~16:00 水曜日 12:00~16:00		
メモ欄			午後のみ開所				

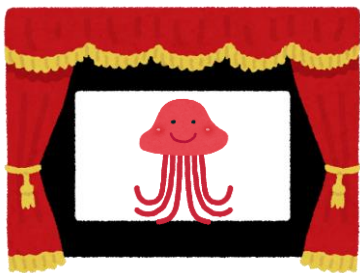
※空欄について※ プログラム表の空欄部分はフリーの時間となります。

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。

## 8月プログラム活動

### ●映画鑑賞会●

月2回分室で映画を上映しています。2時に来ているメンバーさんと相談して上映する映画を決めています。



詳細はポスターにて

### ●イベントデイ●

暑い日が続く中、分室でとくにテーマを設けず、皆でまったりと話をする会を開催予定です♪お気軽にご参加ください♪♪

内容：『まったりダバる会』  
日時：8月11日（木）  
時間：14:00  
場所：分室



### ●音楽活動●

先週に引き続き曲は「夢の中へ」です♪ギター、キーボード等で演奏する予定です。15日（月）、自主練習は22日（月）です。お気軽にご参加ください♪♪



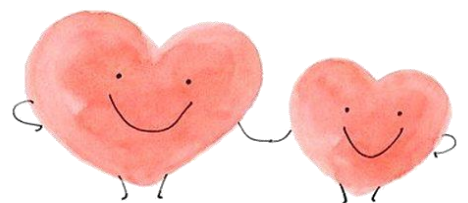
### ●メンバーミーティング●

月2回サロンのことやプログラムのことを話し合っています。皆さんの意見を聞かせてください。お気軽に参加ください。



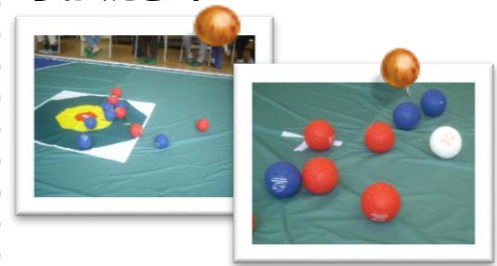
### ●語ろう会●

「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「」「」です。



### ●ほっこり庵●

月に1回文の里会館でイベントがあります。最近ではポッチャ大会です。どなたでも出来るスポーツなのでお気軽に参加ください。



- ・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!ゞ(@^▽^@)ノ