

こころの幸せ度

- ・温泉に入って幸せ<100%>
- ・平和で幸せ<180%>
- ・暑いけど寝れる<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～??

●ポスター創作●



フリーの時間で皆さん素敵な『プログラムポスター』を沢山書いて下さいました♪



●フリーアート展示●



7月創作活動にて『なかなか外に出れない状況の中で少しでも夏を感じてほしい』という声が挙がりフリーの時間も使い『季節のアート』の作成となりました♪現在アテナ平和にて展示しています♪

アクセス通信 Vol.172

9月ですね♪
残暑いかがお過ごしですか？

お月見の季節ですね。
月の光が コロナ禍の暗い気分を明るく照らしてくれたらいいですね♪



今月も宜しくお願い致します!!

「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

8月 活動ご報告

●創作活動●・8/12(金)・29(月)

好評につき『缶バッジ作ろう第2弾』を行いました♪素敵な作品がたくさんできました♪



【感想】

- ・ようやく出来て良かった。
- ・知人にプレゼントできた!
- ・面白かった♪

●映画鑑賞会●・8/2(火)・25(木)

月2回、参加されたメンバーさんで観たい映画を決めています♪今月は『スターウォーズ』を上映しました♪



【最近上映した映画】

- ・アナと雪の女王
- ・プレデター2
- ・トップガン 等・・・

《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



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		毎週水曜日は お昼 12時から 開所です	ほっこり庵 13:15~ (ポッチャ大会)	トークタイム 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~			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	トーンチャイム 14:00~	創作活動① 14:00~	地域清掃 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		
	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	アクセス通信編集日 14:00~		創作活動② 14:00~	イベントデイ ※詳細はポスターにて	休日	休日
メモ欄			午後のみ開所				
	26	27	28	29	30		
プログラム	音楽活動自主練習 14:00~		映画鑑賞会② 14:00~	散歩をしよう 14:00~	メンバーミーティング 14:00~		
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。

9月プログラム活動

●トーンチャイム●

月1回トーンチャイムを演奏しています!!皆で合わすととてもきれいな音色に癒されますよ♪今回は『大きな古時計』にチャレンジする予定です♪



●イベントデイ●

暑い日が続く中、部屋の中でゆっくりとアートをすることになりました!!『季節の壁面アート第2弾!!』をする予定です♪

詳細はポスターにて

内容:『季節の壁面アート』
~土台をつくらう~
日時: 9月23日(金)
時間: 14:00~
場所: 分室

●いのち輝く体操●

月に1回、ボランティアさんをお招きして『ゆるやかな体操』を行っています。音楽に合わせて体を動かすことでリラックスしてみませんか?お気軽にご参加ください♪



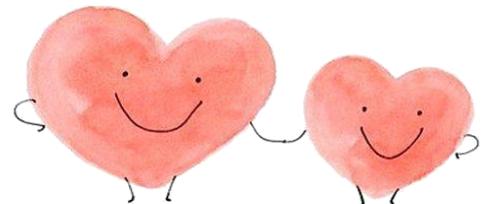
●音楽活動●

9月からの曲は「時代」です♪ギター、キーボード等で演奏する予定です。19日(月)、自主練習は26日(月)です。お気軽にご参加ください♪



●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。※詳細はポスターにて



●ほっこり庵●

月に1回文の里会館でイベントがあります。先月は中止となりましたが、今回もポッチャ大会です。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! \(@^▽^@)/