

# こころの幸せ度

寿司を食べた！《80%》

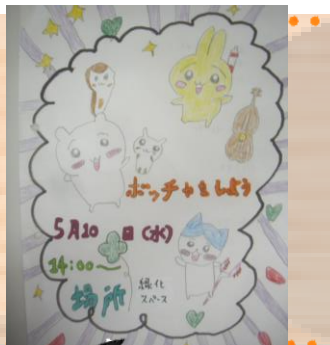


普段の生活の中で感じる幸せを「%」で表します。どんな些細なことでもOK！振り返ってみれば、結構幸せって身近にありますよね♪ みんなで日頃の”プチ幸せ”を発表しあって、その幸せ気分を分け合ってみませんか～??

## ♪ポスター紹介♪

普段とは違った、書き方が面白いですね！

- ・キャラクターがいっぱい。
  - ・にぎやか。
  - ・楽しそう。
- などの声をいただきました。



## おやつクッキング♪

6月16日(金) 14時～かき氷を作ろう！夏の風物詩、かき氷をクッキングします。詳細はポスターにて。みんなで夏を先取りしちゃいませよー！



## 《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)

電話相談は9:30~16:30 水曜日は12:00~16:30

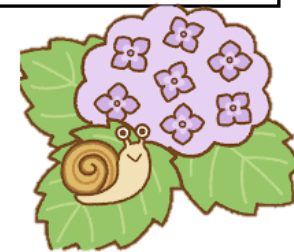
URL <http://www.athena-heiwa.jp/>

分室住所：阿倍野区美章園 3-2-12  
公楽園マンション1階



# アクセス通信 Vol.181

読者の皆様こんにちは。いつもお世話になっています。梅雨の季節を日に日に感じておりますが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。アジサイやかたつむりを見つけるとより季節を感じられますね。今月もよろしくおねがいます。



「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

## 5月 活動ご報告

### ●創作活動5月5日●

こいのぼりを折り紙等で作りました。色とりどりのお洒落なこいが出来上がりました！

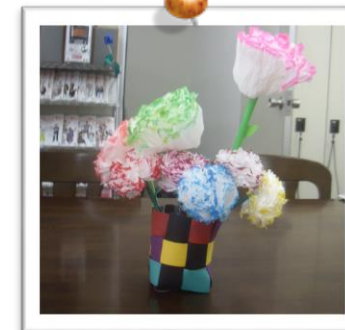


#### 【感想】

- ・服を好きな柄や色を選んでおもしろかった。
- ・教えてもらおうと出来る。

### ●創作活動5月18日●

カーネーションをティッシュや画用紙で作りました。母の日にピッタリですね♪



#### 【感想】

- ・デカすぎた。

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
プログラム	毎週水曜日は お昼 12時から 開所です	【分室サロン開所時間】 10:00~16:00 水曜日 12:00~16:00		ほっこり庵 13:15~ (ポッチャ大会)	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	メンバーミーティング 14:00~		映画鑑賞会① 14:00~	健康体操 11:00 (チェアヨガ) 文の里会館へ	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	音楽活動自主練習 14:00~	語ろう会 14:00~	地域清掃 14:00~		おやつクッキング 『かき氷』 14:00~	休日	休日
メモ欄			午後のみ開所		夜間サロン【~18:30】		
	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	映画鑑賞会② 14:00~	ポッチャをしよう 14:00~	トーンチャイム 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				
	26	27	28	29	30		
プログラム	メンバーミーティング 14:00~	創作活動② 14:00~	散歩にいこう 14:00~		びあさぼって何?第7弾 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。

## 6月プログラム活動

### ●創作活動●

①6月2日(金) ②6月27日(火)  
今月は「手作りマイク」「うちわ」を  
創作します!



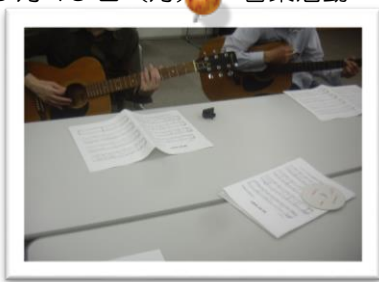
### ●ポッチャをしよう●

6月21日(水)  
ポッチャプログラムも定着して  
きましたね!近々、地域のボラン  
ティア団体さんと対戦を予定して  
おります♪



### ●音楽活動●

今月は本館 5 階地域交流スペースで  
ギターやキーボード等で「コンドル  
は飛んでいく」を演奏予定です。  
6月12日(月)・・・音楽自主練習  
6月19日(月)・・・音楽活動



### ●トーンチャイム●

6月16日(金)  
「大きな古時計」を奏でます♪  
簡単に出来るのでご参加お待ちして  
います!懐かしさを感じるかもしれません  
ね。



### ●健康体操●

6月9日(金)  
場所:文の里会館  
時間:11時~  
内容:チェアヨガ  
参加費無料。予約不要です。  
詳細はポスターにて。



### ●語ろう会●

6月13日(火)  
テーマ「息抜きのしかた」  
上記のテーマについて、皆さんのやり  
方や工夫している事を語らい、共有し  
てみませんか?参加お待ちしております!



- ・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う(^▽^)/
- ・「お知らせ」6月16日(金)に夜間サロンを再開します。通所~18:30 電話相談~18:30