

こころの幸せ度

働きに出るし、忙しいわ《95%》

カキフライを食べに行った《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～？

アテナ平和秋祭り

10月7日に秋祭りを行いました！6種のゲームコーナーを中心とした開催でコロナ5類以降、初の行事となりました。今後も行事等の交流を通して、地域に根差していき、また、地域の方にアテナ平和の事をもっともっと知ってもらえるよう工夫していけたらと思います！



《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)

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.186

読者の皆様こんにちは。
いつもお世話になってます。涼しくなり、温かい料理がよりおいしく感じるこの頃。皆さんはいかがお過ごしでしょうか。
「こがらし こがらし さむいみち」と秋の歌をたまに思い出すのですが、何の曲だったか、...
今月もよろしくお祈りします。

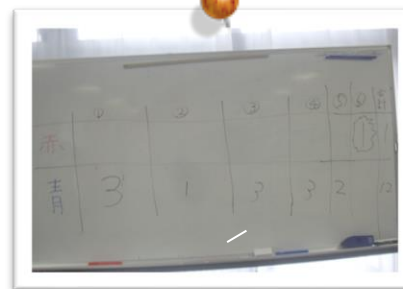


「アクセス通信」はメンバーさんみんなで作っています。
興味のある方は、「アクセス通信編集日」に是非ご参加下さい

10月 活動ご報告

●ポッチャ大会 10/9●

チーム戦や個人戦など、皆さん伸び伸びと楽しまれていましたね♪下の写真は手書きのスコアボードです！



【感想】

- ・楽しかった。
- ・はじめてトーナメントした。
- ・チーム戦と個人戦は違うと思った

●トークタイム 10/4●

雑談やちょっとした悩み、趣味のことなど、いろんな会話をしました！誰かと話すことや聞くことで一日が充実することもあります♪



【感想】

- ・SNS との付き合い方が難しい。
- ・フォローやコメントなど、安心して使いたい

地域活動支援センター アクセス11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			トークタイム 14:00~	ほっこり庵 13:15~ (ポッチャ大会)	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		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	ポッチャを見学! ※詳細はポスターにて	メンバーミーティング 14:00~	トーンチャイム 14:00~	防災訓練 14:00~	休日	休日
メモ欄			午後のみ開所				
プログラム	音楽自主練習 14:00~	語ろう会 14:00~	ポッチャをしよう 14:00~	映画鑑賞会① 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【~18:30】		
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~	地域清掃 14:00~		おやつクッキング 14:00~	休日	休日
メモ欄			午後のみ開所				
プログラム	散歩に行こう 14:00~	創作活動 14:00~		メンバーミーティング 14:00~	【分室サロン開所時間】 10:00~16:00 水曜日 12:00~16:00		
メモ欄			午後のみ開所				



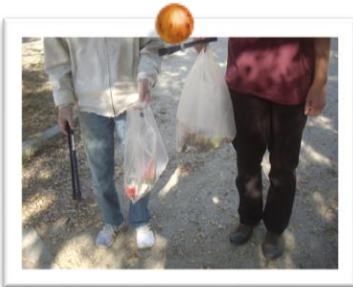
※空欄について※ プログラム表の空欄部分はフリーの時間となります。

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。

11月プログラム活動

●地域清掃●

11月22日(水)
地域貢献の一環として月に一度、地域の清掃を行っています。



●ほっこり庵●

11月2日(木)
月に1回文の里会館でイベントがあるポッチャ大会です。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。



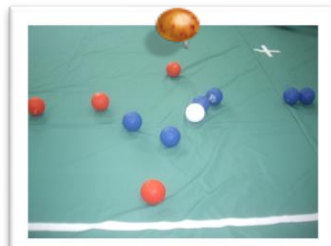
●いのち輝く体操●

11月6日(月)
ラジオ体操とはまた違った、ゆったりとした体操が体験できます！
お気軽にご参加ください♪



●ポッチャをしよう●

11月15日(水)
ポッチャを楽しんだり、ポッチャを通して交流を楽しんだりしています♪初めての方もお気軽にどうぞ！



●イベントデイ●

内容：『あべのスポーツフェスタ』
日時：11月3日(金)
時間：10:00
場所：天王寺高校



●語ろう会●

11月14日(火)

テーマ

「いまさら聞けない事ってありますか」



・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」11月17日(金)に夜間サロンを開催します。通所~18:30 電話相談~18:30