

アクセス通信 Vol.188

こころの幸せ度

体重が減ると嬉しい 《70%》

家族が元気 《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★

- よく描けている
- 上手！
- なんとなく

と言った感想をいただきました。とてもワイルドなイラストでいいなあと思いました！

12月の映画鑑賞会では2日とも「ルパン三世」を上映し、みんなで楽しみました♪
また皆さんのポスター描きを楽しみにお待ちしております！



読者の皆様こんにちは。
明けましておめでとうございます。皆さんはどんなお正月を過ごしましたか？個人的にお正月は好きで、特にシーンと静まった町の雰囲気が好きです。

今年もよろしくお願いします！



「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

12月 活動ご報告

●おやつクッキング 12/15●



【感想】

- 作る工程が楽しかった
- おいしくて楽しかった
- 楽しかった

●クリスマス会 12/22●



【感想】

- みんなと出来て良かった
- ケーキがおいしかった
- なかなかビンゴにならなかったけど楽しかった

《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 大阪市阿倍野区美草園 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：阿倍野区美草園 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1月プログラム予定表 (※分室にて開所)

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7
プログラム	休日	休日	休日	トークタイム 14:00~	メンバーミーティング 14:00~	休日	休日
メモ欄					夜間サロン【なし】		
	8	9	10	11	12	13	14
プログラム	イベントデイ ※詳細はポスターにて	創作活動 14:00~	散歩に行こう 14:00~	トーンチャイム 14:00~	健康のつどい 10:00~ 文の里会館	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	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~	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【~18:30】		
	22	23	24	25	26	27	28
プログラム	音楽自主練習 14:00~	映画鑑賞会② 14:00~	ポッチャをしよう 14:00~		おやつクッキング 11:00~	休日	休日
メモ欄			午後のみ開所				
	29	30	31	【分室サロン開所時間】 10:00~16:00 水曜日 12:00~16:00			
プログラム	音楽活動 14:00~ ★ボランティアさん	メンバーミーティング 14:00~	地域清掃 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。

1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。

●おやつ?クッキング●

1月26日(金)
今回は「とん汁」を作ります!
詳しくはポスター、もしくはお問い合わせください。



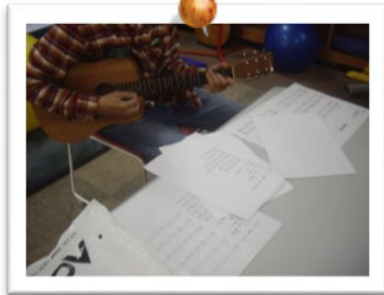
●映画鑑賞会●

1月17日(水)
その日にみんなで決めます♪
1月23日(火)
「借りぐらしのアリエッティ」



●音楽活動●

1月22日(月)・1月29日(月)
今月から「夜明けのスカット」を演奏します♪



●創作活動●

1月9日(火)
ペットボトルを使った「風鈴」を創作します♪



●トーンチャイム●

1月11日(木)
今回は「にっぽん昔ばなし」を演奏します。トーンチャイムの透明感のある音が楽しめます♪



●イベントデイ●

1月8日(月)
外は寒い! ということで、室内で遊べる「福笑いゲーム等」をします!

福笑い

・年末年始の休日 12月30日~1月3日 今年もどうぞ宜しくお願いします。

・「お知らせ」1月19日(金)に夜間サロンを開催します。通所~18:30 電話相談~18:30