

アクセス通信 Vol.194

こころの幸せ度

- ・健康 70%
- ・眠れていること 50%



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～??

アクセスからのお知らせ

●石川さんが7月末で異動になります

阿倍野区にある別の部署に異動することになります。長い間ありがとうございました!!!



長い間お世話になりました!! アクセスで過ごした時間..... イベント・プログラム・フリータイムなど思い出がありすぎて書ききれません... 皆さんからいつも沢山のパワーを頂戴し、助けられていました♪ 優しく接して下さいありがとうございます!! 皆様の今後のご活躍お祈りしております。お元気で!!

読者の皆様こんにちは。今年も猛暑! 子どもの頃はここまで暑くなく、夏休みを楽しめたような気がします。この猛暑だと何をするのも大変...暑すぎて海水浴に行きたくとも、日焼けが嫌で水着姿はごめんです。



「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」には是非ご参加下さい



活動ご報告

●7/15 音楽活動●

「少年時代」を演奏しています。参加者も多く、みんなが知っている歌なので、歌う人もいて盛り上がりました。夏の終わりまでは「少年時代」演奏します。



【感想】

- ・練習通りできた。やっているうちによくなってきた。
- ・みんなでだんだん合ってきてポーカーもついて楽しかった。

●7/18 トーンチャイム●

「世界に一つだけの花」を演奏しました。参加者が多かったので、一人2本担当しました。サビの部分が難しかったけれど、うまくいきました。



【感想】

- ・楽しかった。
- ・おもしろかった。最後までまとった。
- ・緊張したけれどよかった。

《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8月プログラム予定表（※分室にて開所）

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
	【分室サロン開所時間】 9:30~16:30 水曜日 12:00~16:30		ほっこり庵 13:00~	トークタイム 14:00~	休日	休日
5	6	7	8	9	10	11
いのち輝く体操 14:00~	映画鑑賞会① 14:00~	メンバーミーティング 14:00~		散歩に行こう (カラオケ) 14:00~	休日	休日
		午後のみ開所				
12	13	14	15	16	17	18
イベントデイ (お茶会) 14:00~		ポッチャをしよう 14:00~	語ろう会 14:00~ ※テーマはポスターで	トーンチャイム 14:00~	休日	休日
		午後のみ開所		夜間サロン【~18:30】		
19	20	21	22	23	24	25
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~	地域清掃 14:00~ ※天候により中止の可能性あり	メンバーミーティング 14:00~	おやつクッキング ※詳細はポスターで	休日	休日
		午後のみ開所				
26	27	28	29	30	31	
音楽活動自主練習 14:00~	映画鑑賞会② 14:00~ ※詳細はポスターで	創作活動 14:00~			休日	休日
		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。

8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。

●いのち輝く体操●

8月5日(月)
暑くて冷房との温度差で身体がだるいそんな日でも、少しの運動で身体をほぐして健康に☆



●イベントデイ●

8月12日(月)
夏のお茶会をします。本館でテレビも見ながらゆったりと楽しむ予定です。



●散歩に行こう(カラオケ)●

8月9日(金)
昔に使っていたカラオケ機械を発掘。それを使ってカラオケ大会♪最近の曲は入っていないけれど、メジャーな曲は歌えます



●メンバーミーティング●

8月7日(水) 8月22日(木)
プログラムについてみんなの意見を聞いて決めていきます。秋からの予定を決めます。



●トーンチャイム●

8月16日(金)
しばらく「世界に一つだけの花」を演奏していきます。どこかで発表出来たらいいな～。時間が余れば「大きな古時計」を演奏します。



●地域清掃●

8月21日(水)
文の里公園までの道のりを掃除します。天候によっては中止となる可能性があります。



- ・「お知らせ」8月16日(金)に夜間サロンを開催します。通所~18:30 電話相談~18:30 まで
- ・電話相談 9:30~16:30。水曜日は12:00~16:30です。