

こころの幸せ度

・文化の日なので、活動に参加したいと思います
…「60%」



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～??

みんなでアート🌸

秋のアートをつくりました★

やっぱり秋は落ち葉かな、とスタッフが枝を作り、それに合わせてたくさんの葉っぱ。柿もいいよね、とたくさんの柿を作ってくれたり、鹿の切り絵も張ってくれたり、とても賑やかなアートになりました

今度は冬をテーマに作りたと思います。皆さん気軽に参加してください♪



アクセス通信 Vol.198

読者の皆様こんにちは。
10月になってやっと涼しくなるかと思えば、暑さがまだまだ収まらず、長袖の秋服の出番が遠のいています。はやく涼しくなって秋のオシャレをしたり、秋の味覚を堪能したいところです。



「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」に是非ご参加下さい

10月 活動ご報告

●10/11 散歩に行こう●

文の里商店街の中にあるパン屋さん「MUJICA」に行きました。商店街のお店も個性豊かで楽しかったです。評判のお店だけあってどのパンも美味しかったです。



【感想】

・おいしかった。また行きたいと思う。午前中のプログラムも良い。

●10/14 イベントデイ●

阿倍野タスカルまで行きました。祝日で人数制限があり出発時間が遅れる等、プチトラブルはありましたが、無事にいけました。地震の体験も数名行いました。



【感想】

・初めて来て、いい体験になった
・自分の区の情報が知れてよかった。
・地震体験見てて怖かった

《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 : <https://helenkeller.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11月プログラム予定表（※分室にて開所）

月	火	水	木	金	土	日
<div style="border: 2px solid orange; padding: 5px;"> 【分室サロン開所時間】 9：30～16：30 水曜日 12:00～16:30 </div>				1 語ろう会 14：00～	2 休日	3 休日
4 いのち輝く体操 14：00～	5 映画鑑賞会① 14：00～	6 午後のみ開所	7 ほっこり庵 13:00～	8 健康体操（ポッチャ） 11：00～ トークタイム 14：00～	9 休日	10 休日
11 あべのトモクラシー・スポレク 13：00～	12 メンバーミーティング① 14:00～	13 ポッチャをしよう 14:00～	14 午後のみ開所	15 創作活動 14:00～	16 休日	17 休日
18 音楽活動 14：00～ ★ボランティアさん	19 トーンチャイム 14：00～	20 散歩をしよう 12:00～	21 アクセス通信編集日 14:00～	22 おやつクッキング 14：00～	23 休日	24 休日
25 音楽活動自主練習 14：00～	26 映画鑑賞会② 14：00～	27 地域清掃 14：00～ <small>※天候により中止の可能性あり</small>	28 メンバーミーティング② 14:00～	29 夜間サロン【～18：30】	30 休日	31 休日



※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。

11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。

●散歩にいこう●

11月20日（水）
今月は昭和町にある有名なハンバーグ屋さん「BOSTON」（ボストン）に行きます。ランチで12：00 出発。予算は 2000 円以上見てもらえたら…



●おやつクッキング●

11月22日（金）
焼きそばを作ります。おやつ焼きそばなので、量少な目です。参加人数が多かったら具が増えていくかもしれません。



●創作活動●

11月15日（金）
今回はかわいい小物入れバッグを作ります。飴玉やメイク道具なんかを入れるのに丁度いいサイズです。簡単なので覚えて何個も作れます。



●映画鑑賞会●

1 回目
11月5日（火）
来られた方みんな決めてます★

2 回目
11月26日（火）
「トップガン」トム・クルーズの最高傑作！



●トモクラシー・スポコレ●

11月11日（月）
区役所で障がい者スポーツの体験会をします。ポッチャや風船バレー、車いすスポーツ体験等あります。



●語ろう会●

11月1日（金）
テーマは「最近の買い物について」。最近買ってよかったもの、失敗したもの、買いに行きたいもの等お話しできればと思います。



・「お知らせ」11月15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