

アクセス通信 Vol.214

読者の皆様こんにちは！
少しずつ、春に近づいてきましたがいかがお過ごしでしょうか。毎回季節の変わり目になると、その日の気温に合わせた服を選ぶのが億劫になりますが、暖くなるなら大・歓・迎!!
寒いのが苦手な人にとっては、春が待ち遠しく感じますね。
今月もよろしくお祈りします。



活動ご報告

●2月22日 ボッチャ交流会●

就労継続支援 B 型作業所「ブリッジ」とボッチャを通じて交流しました♪
ブリッジのメンバーさんやスタッフさんもボッチャを楽しまれ、また今後も交流できたらと思います！
どんどん交流できる機会が増えていけたら素敵ですね。

【感想】

- ・戸惑うこともあったけど、楽しかった。
- ・次回があればもっと交流できるような工夫を考えたい。
- ・みなさん上手だった。



こころの幸せ度

- ・お風呂に入ったあとで、あたたかい布団に包まれた。 《400万%》
- ・偶然入った焼き肉屋のランチが激ウマだった。 《5000万%》



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

★焼きそば定食を作ろう★

焼きそばとスープをメインにした焼きそば定食に決定！焼きそばの味は参加者と相談してソース・塩・シーフードなど決めていきたいと思います♪

日時:3月23日月曜日 11:00。参加費 100円
事前申し込みのため、3月20日金曜日 16:30までにご連絡ください！
(電話からも可能です。)

参加費支払いは当日でも可能です。
皆様のご参加お待ちしております♪



《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 : <https://helenkeller.jp>



地域活動支援センター アクセス3月プログラム予定表(※分室にて開所)

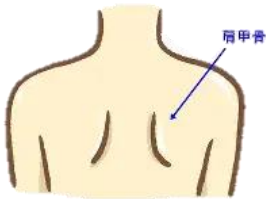
月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	日 8
ラジオ体操 14:00～			ポッチャだよ! 全員集合! 13:00～	メンバーミーティング 14:00～	休日	休日
本館の日		午後のみ開所 本館の日				
9	10	11	12	13	14	15
音楽活動 14:00～		ポッチャをしよう 14:00～		アクセス通信編集日 14:00～	休日	休日
本館の日		午後のみ開所 本館の日				
16	17	18	19	20	21	22
		茶話会 14:00～		創作活動 14:00～	休日	休日
本館の日		午後のみ開所		夜間サロン【～18:30】		
23	24	25	26	27	28	29
クッキング 【焼きそば定食】 11:00～	地活オンライン交流] 13:30～	地域清掃 14:00～ <small>※天候により中止の可能性あり</small>	映画鑑賞会 14:00～	終日閉所	休日	休日
本館の日	本館の日	午後のみ開所				
30	31					
			【サロン開所時間】 9:30～16:30 水曜日12:00～16:30	※都合により、プログラ ムが中止になる場合があ ります。		
本館の日						

※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。

3月プログラム活動

●ラジオ体操●

3月2日(月)
今回は「ラジオ体操」と「肩甲骨ストレッチ」を開催!どちらも椅子に座ってできますので、興味のある方お待ちしております。



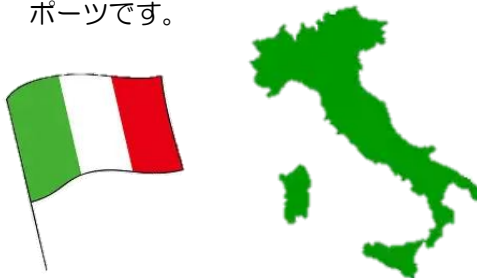
●地域清掃●

3月25日(水)
清掃をすることで地域貢献を実感し、自己肯定感にもつながるような気がしています。



●ポッチャをしよう●

3月11日(水)
おさらい知識!ポッチャは、イタリア語の「boccia」(ボール)に由来し、ヨーロッパで発祥した障害者スポーツです。



●音楽活動●

3月9日(月)
テーマ曲「思い出いっぱい」
前半はテーマ曲、後半は自由に音楽に触れて楽しめます♪



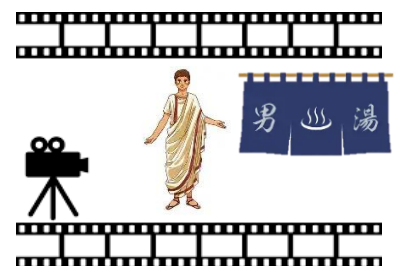
●創作活動●

3月20日(月)
「手作りミニノート」
30ページのリフィルと折り紙で作れるカバーがかわいいミニノート。



●映画観賞会●

3月27日(金)
「テルマエ・ロマエ」



・プログラム内容に関しては、「メンバーミーティング」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(≧▽≦) ☆