



Healinglightsでは、参加者全員で音楽表現を楽しむ場を提供するボランティア活動を行っています。

11月は、菜の花の会のお祭りに参加しました。大勢のお客様が音楽を楽しんでいらっしゃいました。毎月の歌会もありますので、是非一度体験してみてください。

<11月の主な活動>

11月9日 菜の花の会お祭りに出演

11月12日 ハウジングファースト
東京プロジェクト。

11月26日 一之江あゆみの園

11月30日 Healing lightsのTHE歌会
(センターこまつがわ)

Healinglightsでは、参加メンバーを募集しています。ジャンルを問わず、歌うことが好きな方、誰かのために音楽を試みたい方大歓迎です。

アート・表現活動

作品を作っているけど、展示する場所がない。自分はアートの教育を受けていないから自信がない。そんな方たちと一緒に展示を通して、自分に自信をつけたり、周りの人たちに自分のことを理解してもらうことを目的に活動します。

表と現 アーツプロジェクト

作品搬入にみんなで行ってきました！！

素敵な作品と展示部隊のよりよく“みせたい”思い皆さんに届くといいな～と思います！

展示期間

11月22日(金)～24日(日)



スポーツLOVERS(LOVEこま)

11月15日(金)、【東京都精神障害者フットサル大会2019】に参加する為、ミズノフットサルプラザ調布へ行ってきました！！

リーグ戦は勝ち負けなしの4引き分け。

決勝トーナメントは初戦も引き分けでしたが、PK戦で敗退…。

選手の人数がギリギリでフル出場の人もいましたが、休憩時間なども笑いが絶えず楽しく過ごせました(^^)

試合では優勝できませんでしたが、チームの仲良しさではLOVEこまが1位ですッ(笑)



ピアミーティング

ピアミーティングは、自分自身の体験をはじめとして、いろいろなことを参加者全員でシェア（共有）しています。

11月はリカバリーストーリーの発表をしています。発表する方は、自分自身の辛かった時期を振り返りまとめなければいけないので、大変な作業です。

しかし、整理してみると自分自身がここまで回復してきたのだということを実感できるのもリカバリーストーリーの良さだと思っています。

自分と同じように病気の体験をしながら、その中身は人の数だけ違いがあります。そのピアとしての共通性と個々の体験の個別性を理解することがピア性の根本を構成するカギなのではないかと最近は思っています。