



2024年のHealinglightsは、精神科の病院訪問で忙しくなりそうです。被災地でもそうでしたが、音楽はだれでも参加しやすい活動です。Healinglightsの音楽はひとりで音楽を発表するわけではありませんので、「音楽は好きだけどひとりで歌うのが苦手」「私は聴いているだけでも楽しい」という人でも参加できます。いろいろな参加の仕方ができるのがミソです。その中で、おしゃべりもあったりして、そのおしゃべりが音楽表現活動に微妙な影響を与えます。歌だけでなく、楽器を鳴らしたりパフォーマンスをしたりすることも、他の参加者に影響を与え、音楽をより楽しめます。Healinglightsでは、そんな表現を「シゴト」として役割と位置付けます。一人ひとりの個性的な表現が役割となり、それが微妙に調和する。この感触は、活動の話をお聴いたり、字面で知ったりするだけではなかなかわかりません。どんな表現でも、それを拾ってくれる誰かがいることで、この役割は出現します。障害に関係なく、どんな人でも役割を担ってしまう。そんな魔訶不思議なHealinglightsの音楽会、今月も月末に歌会があります。ご参加お待ちしております。



今月のあとえは毎年恒例カレンダー制作を行っています。一年を飾るカレンダーのメインの部分ですが、今年は紙版画に挑戦。厚紙を切って台紙にのり付けし、版画インキをつけたローラーでゴロゴロ。障子紙に写し取ります。その後、絵の具で彩色していく流れです。自分で作ったものを自分で使う、というのは達成感も愛着もあります。一年中部屋に飾られるものですので、見てHAPPYになれるカレンダーになるといいですね。



今回は12月と1月に行われたLoveこまミーティングで様々な議題が飛び出し、沢山話し合いました。まず12月の議題にあがったのが、年忘れバレーボール大会、フットサル活動、1月～3月までの練習お知らせ、Loveこまルール確認と再検討、Loveこまミーティング開催の仕方、来季のキャプテン・副キャプテン・マネージャーについて、来季皆で取り組みたいことなど盛りだくさんでした。その中で特に熱くなっていたのは、Loveこまのルールやミーティングの開催の仕方についてです。ルールは元々あった文を変えてみたり、順番の入れ替えや、文字の色などを皆で意見をすり合わせ、さらに周知の仕方考えます。またミーティングを開催するペースなどどうしていったらよいのかということも本当に沢山の意見が飛び交います。そして1月の議題は、来年度にバレーボールや他のスポーツや皆で取り組みたい事などの案を持ち寄り提案出しをしました。沢山案が出た中で、Loveこまにいる方は体を動かすのが大好きな人たちなんだなーと改めて実感しました。その中でもバレーの合宿をやりたいという意見も多かったです。LOVEこまはスポーツをやる場所でもあり同時にみんなの居場所です。なのでこうやって皆でルールの事ややりたい事などをちゃんと話せる環境って、1人1人にとっても大切な時間にも繋がるのかもしれないね。



今回は、第47回目のメンバーミーティングについてお伝えします。1月17日に行い、参加者はメンバー8名・スタッフ2名でした。先月の振り返りをしながら、実際にイベントとして行った大掃除と新春麻雀大会の感想を聞きました。大掃除では、人が沢山集まれば多くの場所が掃除出来る事も話に上がりました。当日終わった後に、参加者にお弁当が配られてたのですが、皆で体を動かした後のご飯は格別に美味しく感じます♪終始皆さんが楽しみながら参加していて、とてもいい光景であったので、毎年皆で協力しながら行いたいですね。さて、様々な議題があった中で意見の1番熱量が高かったのは、こまつがわのメンバーで旅行に行きたいという話です。メンバーの中で費用の見積もりを出してきてくれた方もいました。スタッフさんから、イベントを行う際にメンバー達にとってどういう意義があり効果はどんな事が期待されるのか、どういう趣旨なのかなど、もっとより具体的に話を詰めて欲しいと伝えられました。皆で協力しながら話を詰めてからまた議題に出す事になりました。次に「ゴミ拾い活動」についてです。実はここ数ヶ月前から月に2回ほど土曜日にこまつがわ周辺のゴミ拾いを皆で行っています。メンバー達に好評だったので、このまま継続していきたいとの事でした。どんな事を話しているか気になる方は、お気軽に茶話会のご参加をお待ちしております。