

「このまちで、ともに～笑顔と笑顔のお付き合い～」

2018年9月23日[日] 10:00-15:00

# 「食堂ライブ」のご案内

【駒木野病院 A棟食堂 11:30-14:45】

A棟食堂でライブイベントが開催されます。バラエティに富んだ4組のアーティストのライブステージです。じっくり聞くもよし、一緒に口ずさむもよし。休憩・食事スペース、無料のお茶もあります。食事をしながら、のんびり休憩しながら、歌を聞くこともできます。涼しい室内でのんびり音楽を楽しみませんか？

どなたでも気軽に立ち寄れる場所です。

ちょっとひとやすみに、ぜひ「食堂ライブ」にお越しください。

## ステージイベント タイムスケジュール

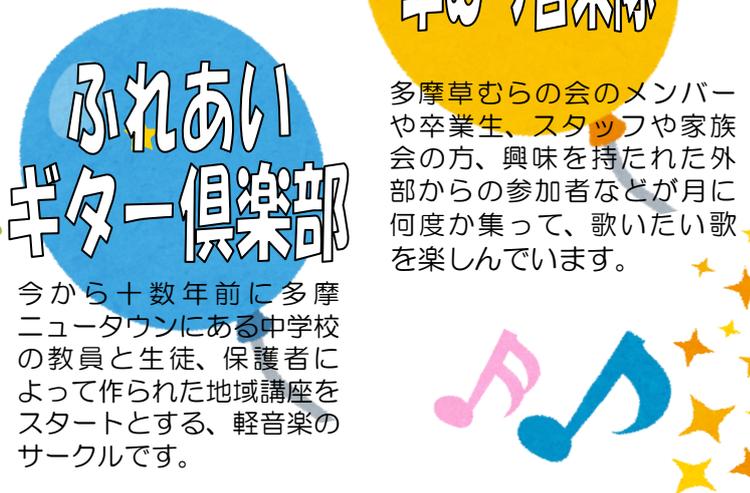
## 出演アーティストのご紹介

開始時間	A棟食堂
10:30	ステージ① SOLZICの皆さん
11:30	ステージ② まーがれっとの皆さん
12:20	ステージ③ 多摩草むらの会 草むら音楽隊の皆さん
13:10	ステージ④ ふれあいギター倶楽部の皆さん
13:40	終了予定（みんなで歌おうにも参加されます）



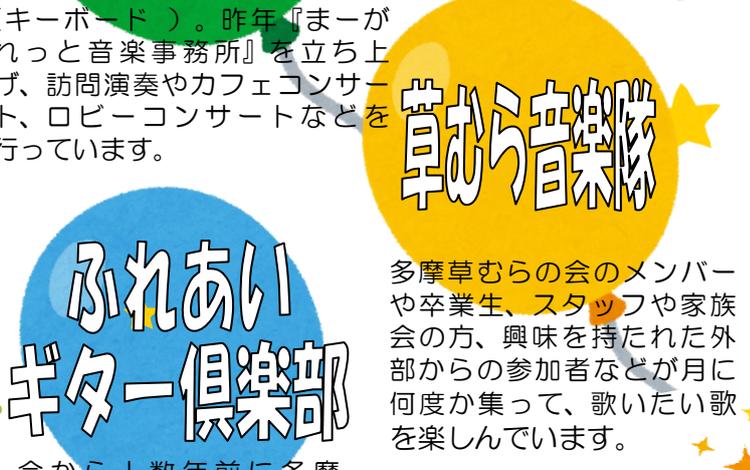
**SOLZIC**

全ての音を声だけで表現する男性6人組アカペラグループ。屋外ステージイベントにも出演されます。



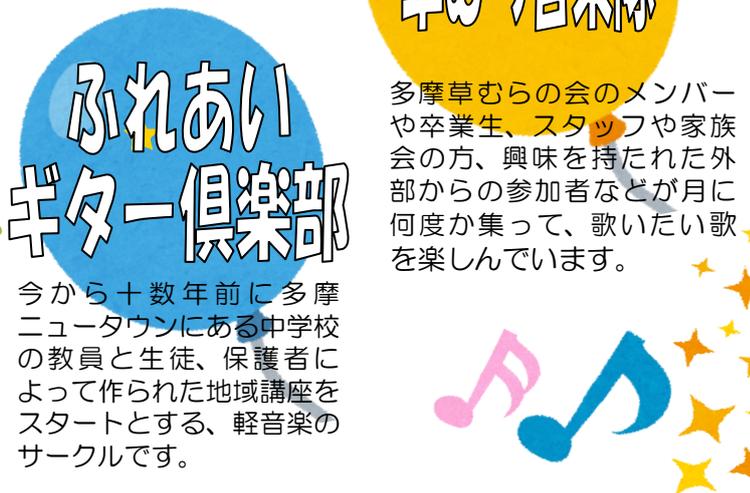
**まーがれっと**

小関早苗(フルート・オカリナ)阿部智世(バイオリン)、永町匡世(キーボード)。昨年『まーがれっと音楽事務所』を立ち上げ、訪問演奏やカフェコンサート、ロビーコンサートなどを行っています。



**草むら音楽隊**

多摩草むらの会のメンバーや卒業生、スタッフや家族会の方、興味を持たれた外部からの参加者などが月に何度か集って、歌いたい歌を楽しんでいます。



**ふれあいギター倶楽部**

今から十数年前に多摩ニュータウンにある中学校の教員と生徒、保護者によって作られた地域講座をスタートとする、軽音楽のサークルです。



2018年9月23日[日] 10:00-15:00

# 「元気のひろば」に遊びにきませんか？

駒木野病院 A棟 ミーティングルーム1・2 [10:30-14:45]

今年のコまぎのフェスティバルのテーマは、「このまちで、ともに～笑顔と笑顔のお付き合い」です。誰もが安心して暮らしていける、笑顔でお付き合いできるような地域や日常をみんなと一緒に考えたり、感じる時間になればいいなと思います。元気のひろば@こまぎのフェスティバルでは3つの企画を考えました！午前中は、リレートーク。みんなちがってみんないい。所属も疾患も様々な方々からご自分の体験などのお話を聞いていきます。午後はスマイルストレッチで、たくさん笑って、リラックス。最後はみんなで歌って楽しみましょう♪ 少しのぞいてみるだけでも大歓迎ですよ♪



どなたでもお気軽にお越しください♪



## イベント タイムスケジュール

時間	内容
	開場
10:30~12:00	リレートーク 「みんな違ってみんないい。みんなに伝えたい私からのメッセージ」 (地域生活支援センターあくせす、地域活動支援センター連、DAYSBLG! はちおうじ、八王子AA) 座長：渡辺任 (駒木野病院副院長)
13:00~14:20	スマイルストレッチ 笑いストレッチで心とからだをほぐそう！ 講師：田中柳子氏
14:20~14:45	みんなで歌おう 演奏、歌：キープ他

## 参加団体のご紹介

### DAYSBLG! はちおうじ

介護保険のデイサービスです。利用者（メンバー）自らが主役として再び生活者となれるよう、就労を始めとするさまざまな社会参加の場を提供しています。

### 田中柳子

スマイルストレッチ エグゼクティブトレーナー。「心理学」「笑い」「ストレッチ」を中心としたスマイルストレッチやコミュニケーションの研修を広めています。

### キープ

「みんなで歌いましょう！」と高齢の方々を訪問する活動を細々と続けて(keep)います。編成は、ボーカル、ピアノ、フルート、アコーディオンです。

### 八王子AA

アルコール依存症からの回復を目指す方の自助グループです。AA（アルコホーリクス・アノニマス）は全国にあります。

### 地域生活支援センターあくせす

わかさ福祉会が八王子市から事業委託され開設した八王子にある地域生活支援センター。地域で生活している精神障害のある方の日常生活の支援、日常的な相談への対応や地域交流活動などを行っています。（HP、八王子市HPより）

### 地域活動支援センター連

NPO法人多摩在宅支援センター円が運営主体。精神障がい者の方が通う場所として、創作活動や生産活動、さまざまなプログラムを通して社会復帰と自立、社会参加の促進を図ることを目的として開設。電話や来所による相談支援、その方に合わせた制度・サービスの紹介や、フリースペース、プログラムの提供を行っています（HPより抜粋）