

キラリってどんな所？



KAZUさん

犬山市搭野地にある「希楽里」は、地域活動支援センターとして、心の病を抱える方が安心して過ごし、地域の中で自分らしい生活を送るための支援を行っている施設です。

訪れる人が明るい気持ちになれる

私は、昨年希楽里を紹介され色々な催し物に参加しています。「キラリ」という名前のように、訪れる人が明るい気持ちになれる、心と身体のケアを大切にしたい場所です。地域に根ざした温かな雰囲気、日々の健康作りを支えています



陽まりさん

希楽里、良い名前ですネ！希望にあふれ楽しみ、ホッとする居場所。スタッフの方達もどんな話も受け止め聞いてくれる。私が良く参加するのはカラオケクラブ。

ホッとする居場所

私は音楽が好き。歌うことが好き、聴く事も。色々な楽器の音色も良いです。和太鼓、ピアノ、フルート等用事がすんで少し立ち寄ってみる。談話室に立ち寄って誰かと話しても話さなくてもピアノクラブや新聞編集会議に参加することもある。元気をもらえることもある。優しく出あえることもある。私ってダメな人間だなあと思う事がよくある。そんな時に参加するクラブの活動、苦しい事が少し楽になる。



学文さん

やりたい事を提案し、それをメンバー、スタッフで話し合って実行してゆく所であり、またメンバーの居場所でもあり、メンバー間スタッフとの交流の場としても存在してくれています。キラリ通信もメンバー各自が、エッセイ、クイズ、近況などの記事を寄せ、編集会議で話し合っで発行しています。

やりたい事を提案し実行していく場所



キラリってどんな所？ キラリのクラブ活動に参加してみてどうでしたか？

音楽クラブ/キラリーズ

チッチさん



音楽クラブでキラリーズに入り、夢であったバンドで楽器や歌を披露することができました。

新聞編集会議/キラリ通信

壮年Hさん



よく僕がどこかへ旅行した事や、いつも僕が考えている事をこの「キラリ通信」に投稿しています。

新聞編集会議/キラリ通信

翼さん



私は自分の体験（エッセイ）を振り返って書いています。その中でも癒される事のみ取り上げます。

目指せ 人生の金メダル！

翼

今年はイタリアで冬季ミラノ、コルティナ五輪が開催され、各国のアスリート達が白熱したバトルを繰り広げました。ところで、私が一番期待していたのは、高木美帆選手でした。彼女は五百M、千M、女子団体パシュートで全て銅メダル、本命の千五百Mは六位と大健闘しました。さて、一番盛り上がったのは、フィギュアスケートの“りくりゅうペア”ではないでしょうか？ なぜなら彼らは華麗に滑り、世界歴代最高得点で見事金メダルに輝いたからです。では、此処からは人生でも金メダルの様に素晴らしい事柄について述べようと思います。先ず一番凄いの、極めて低い確率で人が生まれてくる事です。其れから母乳で大切に育てられ、やがて乳離れする。また、だんだん成長してゆき私が小学生になった頃は、玄関や自分の部屋の掃除や洗濯を畳んだり、家の手伝いをよくしました。

そして、学生時代は友達を沢山つくり、甘酸っぱい初恋もします。ちなみに私は小学二年生の頃でした。さらに、学校を卒業すると社会に出て一生懸命に働きます。また、愛する人が出来ると付き合っ、自分にふさわしいと思える人なら結婚します。やがて子供（孫）が産まると自分達や両親が大変喜びますが、其れが自分を産んでくれたことに対する最高の親孝行だと思います。終わりに、私は母親の手助けをするという点で、アスリートの様に金メダルを目指して歩んでゆこうと思っています。



心身の不調を整えてくれる 夏の盆踊り

太鼓の一定リズムに合わせた有酸素運動が血行を促し夏バテを解消。繰り返し動作が脳のストレスを軽減し、自律神経や睡眠の質を整えてくれます。（KAZU）

ホットー息

■漢字 あなうめ クイズ

Q：真中の□に入る漢字は何？

①

朝		民
都	□	街

Q：三角形の中に、水戸黄門に出てくる、ある人物の名前が隠れています。

さて、何という名前の人物でしょう。

②

人		温
元	□	合

③

再		活
学	□	物