

モノから心へ。

スローな生活
みつめなおしてみませんか。

忙しく喜ばず毎日。少し立ちどまってみる。心で感じ、五感で感じてみる。
私たちが癒してくれる豊かな自然。私たちが和ませてくれる昔からの町並み、風景。

松本は、いつまでも残していきたい たくさんの魅力にあふれている。

地域の「ほんもの」を大切に、ゆったり、健康に生活する
「スローライフ」について考えてみませんか。

スローライフシンポジウム

〈入場無料〉

9月23日(日) 午前10:00-12:30
Mウイング6階ホール

(松本市中央1-18-1)

● 基調講演

「都市と地方の機能を生かすスローライフの提案」

講師 マエキタ ミヤコさん (NPO広告メディアクリエイティブ「サステナ」代表)



マエキタ ミヤコ
● NPO広告メディアクリエイティブ「サステナ」代表
1994年から環境NGOの広告に取り組む。女性のためのエコライフスタイル誌「エココロ」編集主幹。テレビ朝日「素敵な宇宙船地球号」の番組内で「エココロテレビ」の企画を監修。全国に広がっている「100万人のキャンダルナイト」を呼びかけ、最近では「フードマイレージキャンペーン」や「リスペクト・スリーアル」プロジェクトも手がけている。近著に「エコソフト」(講談社現代新書)がある。

● 美咲 光合成ライブ

● パネルディスカッション

「魅力あるまちづくりとスローライフ」

コーディネーター 大岩 堅一さん (フリーアナウンサー)

パネリスト マエキタ ミヤコさん

谷崎 テトラさん (構成作家、音楽家)

額賀 進さん (松本市奈川在住、移住実践者)

宮澤 美香さん (新規就農者、子育て中)

● 手話通訳あり ● 託児あり (1歳から未就学児童:要予約)



大岩 堅一 ● フリーアナウンサー

1980年、大阪・朝日放送にアナウンサーとして入社し、主にラジオの深夜放送・音楽番組、テレビのバラエティーなど若者向け番組を担当。1988年、FM長野入社、松本に転居。FM長野時代は「マイ・ハーティ・タイム」など人気番組を担当。現在はSBCラジオ「わくわくワイド〜アッパレ大通り」などを担当し、フリーアナウンサーとして活躍中。



谷崎 テトラ ● 構成作家・音楽家

折口信夫の民俗学誌「芸能」での編集を経て、著述の仕事始める。その後企業のマーケティング、企画などに携わり、のちに独立、谷崎テトラオフィスをスタート。海外での取材をもとにしたテレビ番組、出版の企画編集など、様々なメディアを通じて活躍し、現在、TOKYOFMスローライフ・ロハスの人気番組「Hummingbird」はじめ、「Daily Planet」の構成を担当している。



額賀 進 ● 松本市奈川在住、移住実践者、ふるさとまつもと応援団の一員

松本市奈川の自然に魅せられ、平成14年に茨城県から1ターン。現在、奈川自然案内人の会に所属。「澄み切った空気と鳥のさえずりは、大好きな音楽を聴く以上に癒されます。大自然の環境は、人としての生き方や原点のようなものに気付かされます。不便だからこそ、いろんな工夫が必要で、新しい発見に毎日わくわくしています」



宮澤 美香 ● 新規就農者、子育て中、ふるさとまつもと応援団の一員

松本市の第2期就農研修生。平成18年2月に「農家」として認定。現在、松本市和田でグラジオラス等の花きを栽培。1児の母。「天気の良い日は、子連れで畑へ出勤!色々な生命がたくさんある畑で過ごす日々は、私たちにプラスになっているはず。あれこれやりたい私には夫は付き合ってくれ、父、母も巻き込み、只今、忙しく(?)賑やかな毎日を送っています。」



美咲 (みさき) ● シンガーソングライター

2003年2月、自分で作詞作曲して路上にてライブを始める。2004年3月高校卒業後、信州を拠点にシンガーソングライターの活動を開始。豊かな自然や宇宙との交感から生まれる歌の数々、クラシック・ポップスが融合した伸びやかな歌声はジャンルを超えた新しいサウンドを紡ぎ上げている。現在は、太陽光発電で作った電力を使ってライブを行なう光合成LIVEも展開中。