

11年間の農家生活と子育てinアメリカ  
たくさんの滞在者を受け入れ見えた  
それぞれの「ありのままの自分」



## ありのままの『自分』って？

語り手



自然農法かあちゃん  
ばん めぐみ

自然農法が教えてくれたこと  
～食べ物、子育て、考え方～

スペシャルゲスト



歌手  
江藤ゆう子

と き:2015年 2月12日(木)

開場AM9:40 開演10:00～12:00

料 金:一般1800円 ペア3000円 (定員30名)

参加のみなさまに手作り石けんのお店Marie(マリー)のせっけんをお渡しいたします。

ところ:ウィングス京都 2階ビデオシアター

地下鉄烏丸御池駅(5番出口)徒歩約5分、地下鉄四条駅・阪急烏丸駅(20番出口)徒歩約5分

小さな  
お子様連れ  
参加OK

うれしい  
おみやげ付き

## 語り手



自然農法かあちゃん  
ばんめぐみ

現在、自然農法歴22年の夫と9歳の長男、5歳の長女とアメリカ(ペンシルバニア州)で暮らしています。

自然農法って聞き慣れない言葉だと思いますが、農薬、肥料を一切使わず「自然には必要な物は全て備わっていて、何も加える必要がない」という考え方の農法です。そんな自然農法で季節の野菜を作りながら2人の子供を自宅出産し、子育てしてきた11年。

自然農法はただの農法ではなくて、生き方、考え方なんだなぁと思うようになりました。土本来の力でゆっくりと時間をかけて大きくなって行く自然農法の野菜たち。肥料を加えられて、無理矢理早く大きくさせられた野菜とはエネルギー(力強さ)が全然違います。これって私たちの生活にも言えるなぁと思うんです。

今は、急げ!急げ!なんでも早く!の時代です。知識や情報を詰め込み、早く、たくさん、より多くです。

人間本来の力強さを感じる時間なんて無いし、ましてや「ありのままの自分」なんて忙しすぎて考える時間ありませんよね。

そんな方々に、少しゆっくり私の話を聞いてもらえたらなぁと思います。

京都で普通に暮らしていた私が、結婚してアメリカの田舎で自然農法をするようになって感じたことを、畑の写真、野菜の写真、子供たちの写真、畑を訪れた人たちの写真等をたくさん使ってお話します。

食べ物や考え方が少し変わるだけで、今まで見えなかった自分や、どこかにしまい込んである自分がきっと見えて来ると思いますよ。それでは、みなさまにお会いできるのを楽しみにしています。

## スペシャルゲスト



歌手  
江藤ゆう子

江藤 ゆう子(ヴォーカル)

ジャズ、ポップス、シャンソン、クラシック、童謡、唱歌、現代日本の秀作までジャンルに関係なく、「愛と平和と勇気」をテーマに「唄によって伝えられるもの」を表現するシンガー。持ち前の伸びやかな歌声で独特の境地を開き、自らの世界を常に追及し展開している。「あらゆる人たちの幸せを音楽を通じて応援したい」をコンセプトに活動中。

江藤ゆう子音楽事務所代表・江藤ゆう子ボーカルスクール主宰。ママ大好きプロジェクト代表。京都新聞文化センター「楽しく歌ってボイスレッスン」。きっずかふえぐらんぶるー「0才からのわくわく音楽教室」講師。ファーストアルバム「愛のうた」、夢咲きチャリティーコンサート第1回CD「桜になったあなた」、ママ大好きプロジェクトオリジナル曲「ママ大好き」好評発売中!

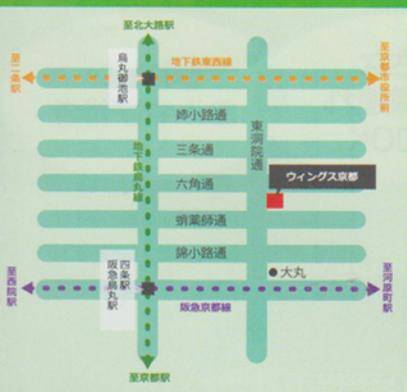
Official Website <http://yuko-eto.com/>

## 手作り石けんのお店

「環境とお財布に優しい」をコンセプトにした手作り石けんのお店。オイルはオリーブ油、ココナッツ油、パーム油のみを使用し、うるおい成分のグリセリンがたっぷり入った、抜群に洗い心地のいい優しい石けんです。  
<http://homemademariesoap.jimdo.com/>



Marie



会場 京都市中京区東洞院通六角下る ウィングス京都

一般来館者用の駐車場はありませんので、電車・バスをご利用ください。

ご予約・お問い合わせ

お席に限りがございます。必ず前日までにお申し込みください。

✉ [cmfmegumi@gmail.com](mailto:cmfmegumi@gmail.com) 「ばんめぐみ」まで

📱 <https://www.facebook.com/bmegu>

小さな  
お子様連れ  
参加OK