




～自律神経専門治療家主催～

自律神経に着目した
和歌山県地域活性化イベント



CONTENTS

～自律神経専門治療家主催～

自律神経に着目した 和歌山県地域活性化 イベント

1. 実施日及び実施場所・イベントコンセプト
2. 音楽・笑い・健康と自律神経の関係及び出演メンバー
3. 主催者よりご挨拶

実施日及び実施場所など

2022年9月17日(土) 紀南文化会館大ホール

開場15:00 開演16:00

一般2,500円 高校生以下2,000円 抱っこ無料



イベントコンセプト

～和歌山の人達へ癒しを～

↑

コロナ禍で疲れた心と身体をリフレッシュしてもらうため、また自律神経の大切さを和歌山県に広め、健康な人が増えることで地域活性化に繋がりたいという思いを描き、和歌山県日高郡みなべ町出身の自律神経専門治療家・池田明日美と、チェロアンサンブルグループ・Team幽弦がタッグを組んで地域活性化イベントをお届けします。

このイベントは自律神経に着目し、日本の四季を中心とした楽曲で耳からリラックスしてもらう他、芸人、アーティストによる笑いと言音楽で脳のメカニズムを整え健康を考えたイベントになります。また、子供達が参加できるリズム体験も予定しております。さらには池田明日美が、外出しづらい昨今の状況で溜まっているストレスを緩和させる自律神経ケアなどを披露します。(人前で話すことが苦手なので着ぐるみで出演します。) 子供からお年寄りまで、老若男女問わず楽しめる企画を考えおり、「音楽と笑いで自律神経も和歌山も活性化！」をテーマに愛と健康を深めます。音楽と笑いで心を、自律神経ケアで体をほぐす地域活性化イベントです。

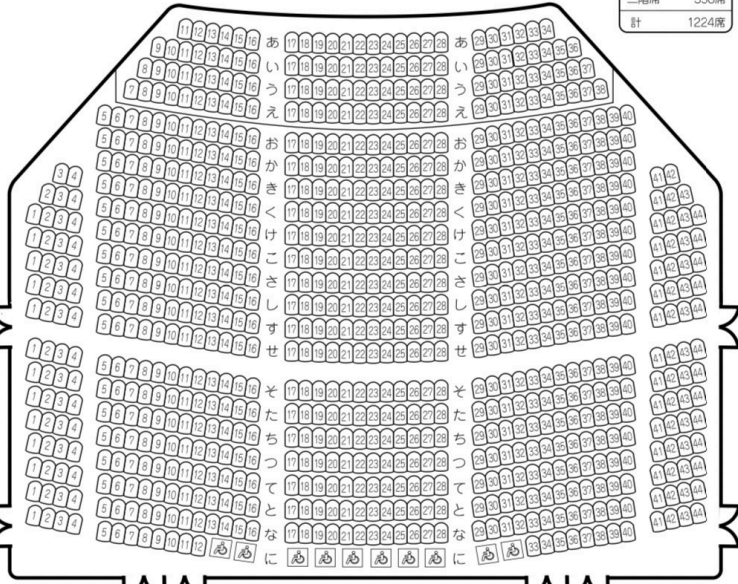
紀南文化会館

紀南文化会館は、南紀白浜や熊野古道を間近に望む自然豊かな田辺市の中心部に位置しており、紀南最大の席数を誇る劇場から文化芸術と地域の絆を深める交流の場を提供しています。海の目の前という最高のロケーションに身を置き、心も体もリラックスしてください！

紀南文化会館大ホール座席表

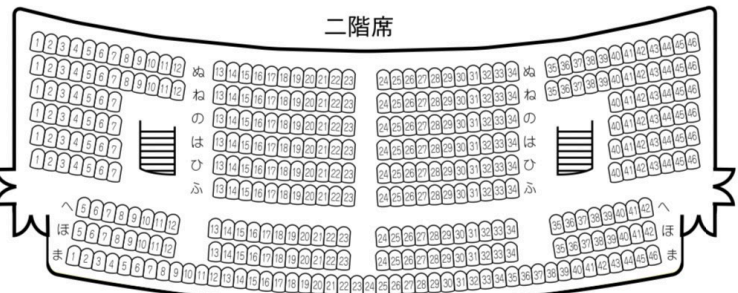
舞台

一階席	866席
固定席	742席
ビット席	114席
車椅子席	10席
二階席	358席
計	1224席



一階席

二階席



紀南文化会館 Kinan Bunka Kaikan



紀南地方最大の1224席まで収容できる大ホール

■ 紀南文化会館

〒646-0033

和歌山県田辺市新屋敷町1番地
紀伊田辺駅より徒歩15分



音楽

音楽療法というものを耳にしたことがあると思います。
音楽療法は2つのアプローチでキラーストレスを撃退します。

①副交感神経を優位にする

4000Hzや528Hzの音楽を聴くと唾液の分泌が高まり、血圧や心拍数が安定し、体温が上昇することなどがわかっています。これは副交感神経が優位になるということを示しています。

②コルチゾールの分泌を抑える

4000Hzの曲を聴くとストレスホルモンのコルチゾールが減少したという実験結果もあります。そのため心拍数の増加や、血流の低下、血糖値の上昇などが抑えられキラーストレス予防に。脳波は全部で5種類に分けられており、これらは人の状態によって出方が変わるといいます。

・ α (アルファ) 波

8~13HZ、落ち着いている状態のときに出現します。

・ γ (ガンマ) 波

30HZ以上、スポーツのときや高い興奮状態のときに出現します。

・ β (ベータ) 波

14~30HZ、緊張や興奮状態、ストレスがあるときに出現します。

・ θ (シータ) 波

4~7HZ、深いリラックス状態のときや入眠時に出現します。

・ δ (デルタ) 波

3.5HZ以下、熟睡時に出現します。

中でもアルファ波には副交感神経を優位にする効果があるとされています。
そのため音楽により脳をアルファ波に導くことでリラックス状態になることができるでしょう。

アルファ波を多く出現させるのは**クラシック音楽や好みの音楽**です。

アルファ波を多く出現させる音楽が存在し、それらは音楽療法として取り入れられています。

中でも**1/fゆらぎ**と呼ばれる周波数を持った音楽には、
アルファ波を多く出現させる効果があるとされています。

1/fゆらぎというのは、規則的であって規則的でない自然界によく見られる音のゆらぎのことです。

たとえば川のちょろちょろというせせらぎや小鳥の鳴き声、
風で木の葉がそよぐ音、波が押し寄せる音などが挙げられます。

また有名なクラシック音楽にも1/fゆらぎをもったものが多数あるとされています。

クラシック音楽が副交感神経を優位にし、自律神経を整える効果があるといわれているのはそのためでしょう。

アルファ波にはさまざまな症状や病気のリスクを低減する効果が期待できます。

アルファ波が副交感神経を優位にすることから、音楽を取り入れることで自律神経を整えることが可能です。

アルファ波にはそれ以外にもさまざまな効果があると考えられています。

・脳を活性化させる

アルファ波には脳をリラックス状態に導く作用があるとされています。脳がリラックスすることで活性化されやすくなり、集中力・思考力・記憶力・想像力などのあらゆる機能が働きやすくなるでしょう。

・血行を促進させる

自律神経のバランスが崩れていると、血管は収縮状態にあります。アルファ波が出現することで副交感神経が優位になると、血管が拡張されて血流が良くなるでしょう。

血行が促進されれば、冷え性・むくみ・肩こり・首こり・腰痛などの症状が改善される可能性も高まります。

・免疫機能が向上する

自律神経が整うことで血行が促進されると、体の隅々まで栄養が運ばれやすくなります。

その結果として体の免疫力や回復機能を向上させる効果が期待できるのです。

免疫機能が向上することで、さまざまな病気にかかるリスクも低下することが想定されるでしょう。

①音楽を活用することで自律神経を整えることが可能といわれています。

私たちの脳波は音楽によって変動し、そのうちのアルファ波が多く出ると副交感神経が優位になると考えられています。

1/fゆらぎと呼ばれる周波数の音楽には、脳をアルファ波に導く効果があるため、脳の自律神経を整えるのに活用することができるとされています。

②音楽は脳波を変動させるため自律神経に影響を与えます。

私たちの自律神経には脳波が大きく関係しており、脳波は5種類に分けることができます。

中でもアルファ波は副交感神経を優位にする効果があるため、音楽を聴くことで多く出現させれば、リラックス状態になることが可能といわれています。

③アルファ波を多く出現させるのはクラシック音楽や好みの音楽です。

1/fゆらぎと呼ばれる周波数を持った音楽にはアルファ波を多く出現させる効果があるとされています。

たとえば自然界にみられる音や有名なクラシック音楽などが挙げられます。

好みの音楽を聴くことでもアルファ波が増加するという研究結果もあります。

④アルファ波にはさまざまな症状や病気のリスクを低減する効果が期待できます。

アルファ波には脳を活性化させる、血行を促進させる、免疫機能を向上させるなどの効果があると考えられています。音楽を活用しアルファ波を出現させれば、さまざまな症状や病気のリスクを低減させることも不可能ではないでしょう。

以上のことから、**Team幽弦とのコラボ**でクラシックや日本の四季の楽曲でコンサートを楽しんでもらい、全員が身近なものを楽器にして参加できる、参加型企画で**会場全体で1/fゆらぎを作る**試みをします。

Team幽弦

幽玄(物事の趣か奥深く、はかりしれないこと。気品 があり優雅なこと)を指針とし、2020年に結成された、国内で活躍する5人のチェリストによるアンサンブルグループ。

メンバーはそれぞれスタジオレコーディングやオーケストラへの客演、古楽、作編曲など多方面で活動している。

「編成に捉われず、何人でもパフォーマンスができるアンサンブルグループ」をコンセプトに、全国へ活動の場を広げている。

春の唱歌を集めた1stアルバム、

scene1 春～チェロで彩る四季の音～をリリース。

遠藤益民



県立西ノ宮高校音楽科を経て、東京藝術大学器楽科卒業、第三回日本アンサンブルコンクール最優秀演奏者賞受賞。
多くのミュージカルのサポートを経て現在スタジオを中心にソロ、アーティストサポート等、多岐にわたり活動中。

飯島奏人



埼玉県立大宮光陵高等学校音楽科を経て、東京音楽大学器楽科(チェロ専攻)を卒業。これまでにチェロを、小貫詠子、河野文昭、 荻田雅治の各氏に師事。10代の頃より独学で作曲、編曲を始める。在学中の2012年より『ピトレ弦楽奏団(弦楽五重奏)』を結成。団体の代表、アレンジ、チェロを担当。2016年には始球式での国歌をヤフオクドームにて演奏する。『読売交響楽団&シンフォニー合唱団ニューイヤーコンサート2016年』においてもアレンジヤーを務め、同楽団により演奏される。東京スカイツリー展望台エレベーター内の音楽を作曲。2016年より5年間使用予定(延長中)。テレビ番組『100年の音楽』大河ドラマ『花燃ゆ』をはじめとして多数メディアにも出演。

小林奏太



愛知県立芸術大学、東京藝術大学別科及び大学院修士課程古楽科修了。

ミラノスカラ座弦楽クリニックキャンプ, St. Olav Festival Ringve international summercourse 2017及び

2018,Musikfestival Bündner Barock und Meisterkurs2019(ファイナルコンサート出演)にてそれぞれ diplom 取得。

第84回読売新人演奏会出演の他、岡田文化財団賞(みえ音楽コンクール第1位)、第26回新進音楽家奨励賞(桑名西ロータリークラブ)など受賞。

チェロを吉田顕、林良一、安藤信行、Massimo Polidori、新井康之、鈴木秀美、松波恵子、Kristin von der Goltzの各氏に師事。

森義丸

東京音楽大学卒業及び同大学大学院研究科修了。
第2回宗次ホール弦楽四重奏コンクール第1位、並びに
ハイドン賞、聴衆賞受賞。プロジェクトQ～第13章、
第14章に参加。
これまでにチェロを荻田雅治、河野文昭、羽川真介、
羽川武、藤原ケイ子、ドミトリー・フェイギンの各氏に、
室内楽を崎谷直人氏に師事。
現在、室内楽やプロオーケストラへの客演など、多岐
に渡り活動中。



宮尾悠

東京音楽大学を経て、同大学院研究科修了。6歳より
チェロを始め、上原與四郎、崎野敏明、黒川正三、
堀了介の各氏に師事。東京音楽大学コンクール弦楽
器部門第2位。第3回山手の丘コンクール弦楽器部門
第2位(1位なし)。
プラハに短期留学しフランチシェク・ホスト氏、
トマシュ・ヤムニーク氏のマスタークラスを受講。
現在はスタジオミュージシャンとしてCMやドラマ、
ゲーム音楽などのレコーディングを行う他、ライブサ
ポートとしても多数のアーティストのライブに携わっ
ている。またクラシックでも、ソリストや室内楽、
オーケストラ客演など、活動は多岐に渡る。
これまでに携わったアーティスト
Kiroro、乃木坂46、嵐、秦基博、槇原敬之、スカシ
カオ、水樹奈々、葉加瀬太郎、YUKI、hiroほか

Team幽弦は、地方での音楽の活性化に貢献したいという思いから、三重や兵庫、高知など、
それぞれの出身地でコンサートを企画し活動しています。

池田明日美さんとは、私が自律神経のバランスを乱し音楽活動に支障をきたしている時に会いました。
その際に、明日美さんが和歌山でフェスを企画したけれど、コロナによりうまくいかなかった話を伺いました。
地元である和歌山を盛り上げたい、子供からご年配の方まで楽しめる企画をやりたいたいという熱意にかられ、
また地域活性化というTeam幽弦のコンセプトと同じだったことから、共演させていただく運びとなりました。

自律神経の乱れを自分が経験したことで、普段からのケアの大切さ、体だけではなく心のリラックスも
必要ということが身に染み、音楽や笑いにも自律神経を整える力があると知りました。

私たちの音楽で、少しでも心と体をリラックスしていただけるように、
そして明日美さんの思いを実現できるよう、コンサートを作り上げていきたいと思えます。

Team幽弦 宮尾悠

笑い

“笑い”がNK細胞を活性化して 体の免疫力をアップする！

あまり知られていませんが、若くて健康な人の体にも1日3000～5000個ものがん細胞が発生しています。

これらのがん細胞や体内に侵入するウイルスなど、体に悪影響を及ぼす物質を退治しているのが、リンパ球の一種である**ナチュラルキラー（NK）細胞**です。

諸説ありますが、人間の体内にはNK細胞が50億個もあり、

その働きが活発だとがんや感染症に**かかりにくくなる**と言われています。

私たちが笑うと、免疫のコントロール機能をつかさどっている間脳に興奮が伝わり、情報伝達物質の神経ペプチドが活発に生産されます。

“笑い”が発端となって作られた**”善玉”の神経ペプチド**は、

血液やリンパ液を通じて体中に流れ出し、NK細胞の表面に付着し、細胞を活性化します。

その結果、がん細胞やウイルスなどの病気のもとを次々と攻撃するので、免疫力が高まるというわけです。

逆に、**悲しみやストレス**などマイナスの情報を受け取ると、

NK細胞の働きは鈍くなり免疫力もパワーダウンしてしまいます。

ただ、免疫力は強ければよいものではありません。

リウマチや膠原病など自己免疫疾患と呼ばれる病気は、免疫システムが体に悪い影響のある物質だけでなく自分自身の体まで攻撃することで引き起こされます。

実験を行ったところ、“笑い”にはこうした免疫システム全体の

バランスを整える効果があることも明らかとなりました。

つまり大いに笑えば、がんやウイルスに対する抵抗力が高まり、同時に免疫異常の改善にも繋がるのです。

そこで今回、芸人さんやアーティストさんと呼んで笑いの場をつくります。

我が家

Special Guest

バンビーノ



決定!!



決定!!

みんなのたかみち



決定!!

のりちゃん
タレント



決定!!

Special Guest

高瀬統也



決定!!

川島ケイジ



決定!!

Living Rita



決定!!

浦部陽介



決定!!

Special Guest

MC



決定!!

本谷紗己

和歌山市観光発信

S
A
Y
A
K
A
s
i
n
g
e
r



決定!!

健康～自律神経～

人間の体内には無数の神経があります。

その中で、内臓の働きなどを調整してくれるのが「自律神経」です。

自律神経が乱れると心や体にさまざまな支障が出ます。

どんな症状が見られるのかを知り、予防を心掛けましょう。

「昼」と「夜」の2種類の神経がある

自律神経は、内臓の働きや代謝、体温などの機能をコントロールするために、みなさんの意思とは関係なく24時間働き続けています。昼間や活動しているときに活発になる「交感神経」と、夜間やリラックスしているときに活発になる「副交感神経」の2種類があります。

2種類の神経がどう作用するかによって、心や体の調子は変わります。

- ・ **交感神経が優位に働く** → 血圧が上がり、瞳孔が拡大して、心と体が興奮状態になります。
- ・ **副交感神経が優位に働く** → 血圧が下がり心拍数は減少。瞳孔が収縮し、心と体が休んでいる状態になります。

不安やだるさは自律神経の乱れかも？

心と体の状態を活発にする交感神経と、心と体を休ませる副交感神経がうまくバランスを取りながら働いているおかげで、私たちの健康は保たれていますが、このバランスが崩れると心身に支障をきたします。

これが、**自律神経の乱れた状態**です。

人間関係の悩みや仕事でのプレッシャーによる精神的なストレス、過労による肉体疲労の他、昼夜が逆転したような不規則な生活などが、自律神経の乱れの原因になるといわれています。

自律神経失調症という言葉聞いたことはありますか？

自律神経の乱れから、不安や緊張感が高まり、吐き気や多汗、全身のだるさ、頭痛、肩こり、手足のしびれ、動悸、不整脈、めまい、不眠など、さまざまな症状が見られる病気です。

これらの症状は人によって大きく異なります。

自律神経がバランスを崩すと、**臓器にも悪影響**を及ぼします。

胃酸が過剰に分泌され、胃の痛みや胸やけを感じる「神経性胃炎」、腸のぜん動運動に異常が生じて腹痛を伴う下痢や便秘が起こる「過敏性腸症候群」がこれに当たります。

また、突然浅く速い呼吸を繰り返す「過呼吸症候群」になると、息苦しさの他、めまいや手足のしびれが現れます。

ある意味、自律神経のバランスが整えばさまざまな事が楽になり、生きやすくなります。私たちの生活は、食事、睡眠、休養、労働（勉強）、運動の5つの要素で構成されており、これらが毎日規則正しく行われていれば、生体リズムの調子が整うといわれています。

つまり自律神経を整えることでこの5つの構成バランスを良くしていく
ライフスタイルを作りやすくなります。



そこで今回、池田明日美の今までの3万人の施術経験を生かした自律神経のケア、自律神経の深さを子供からお年寄りまで楽しみながら学べる講演する時間を設けます。

※人前で話すことが苦手なので、当日はパンダの着ぐるみを着て出演します！

自律神経専門治療家 パンダの笑唱[しょうしょう]

自律神経地域活性化イベント公式キャラクター

～プロフィール～

身長：150cmくらい

体重：計ったことない

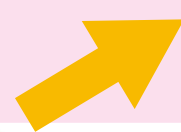
好きなもの：みかん、梅干し、
唐揚げ、しらす

特技：笑うこと、歌うこと

座右の銘：努力は絶対無駄じゃない
奇跡は起こすためにある

口癖：まあいっか

趣味：ウクレレ



当日着ぐるみで

登場！！



わしが自律神経の
大切さを説明するよ！

自律神経ケア体操を
披露するよ！

池田明日美

株式会社 asuminJP(旧株式会社UMEMI) 代表取締役



- ❖技術創始/ASM式.Asu眠療法.一生整体
- ❖実践学校、オンライン学校、企業様に技術提供
- ❖東京サロン/会員制自律神経専門治療院
和歌山サロン/月1開催(コロナ禍により休業中)
- ❖芸能界専属トレーナー(舞台、スタジオ、コンサートなど)
- ❖海外出張
- ❖オンライン心と体のカウンセリング
- ❖その他プロデュース
 - ・和歌山県紀州南高梅(梅美シアワセ味シリカ梅)
- ★技術提供数社

幼稚園の頃から父の身体を揉んだりしていて筋肉の位置や骨の位置を感覚で知る。

精神障害2級と身体障害4級を患ってしまった父を救いたいと思い身体の勉強を始め施術家になる
治療向け整体院に勤務。週に1回整体学校の講師、講師補助を務め「社内最年少で過去最高売上」を作る。

4店舗の売り上げ、施術数1位になり、最年少で院長に就任する。

自律神経専門、精神障害をもった人を中心に世田谷区の治療院で整体師を務める。
またエネルギー療法を独自で研究し、手を当てただけで痛みが緩和するという面白い手技を生み出した。

その後、表参道にある日本一と言われている1回20万円する小顔矯正サロンの先生に就任。

ここで多数の全国誌やTV、メディアに取り上げられた。

その後三茶にレンタルサロンをオープンし、2015年その場所で完全紹介制会員制の整体院をオープンし独立。

独立してから紹介制度でやっていたが、口コミが異常に広がり、間もなく予約が1ヶ月待ち、

ファミリーでくる方が多く、とある方の専属トレーナーや、とあるご一家の出張整体もはじめる。

現在独立をして6年目に入るが、安定して新規のご紹介も多く、日々予約が絶えないサロンになった。

客層はファミリー層の芸能人&経営者&難病。

スタジオやコンサート、舞台のバック整体、入院している方の病院への出張もしている。

また、育った故郷和歌山県への恩返しをはじめようと名物紀州南高梅

「梅美シアワセ味シリカ梅」をプロデュースし東京から全国ネット販売をはじめめる。

そこで毎月和歌山に帰省する環境から2019年8月に和歌山整体院を

月に1回5日~1週間だけやっているサロンとしてオープン。

月1回の先着予約限定の整体なので予約はInstagramからの問い合わせではじめたところ

毎月1日午後0時に予約開始で、開始直後には予約が埋まるサロンとなった。

また、別事業で和歌山城で地域活性化の音楽FESを3年がかりで計画し、

2018年12月25日に株式会社UMEMImusicというイベント会社を設立。

2020年4月18日にFES開催予定であったが、予定残念ながらコロナ影響で中止となった。

イベント会社は赤字になり、すぐには再チャレンジできない状況であったが、

悔しさと悲しみをバネに、得意の整体を活かして趣味程度にしていたスクールを本格化し学校開校。

ありがたいことに各地方から数名ずつ生徒が集まり、

関東学校、関西学校、九州学校に分けて進行し、年々生徒が増えてきている。

1から経営を立て直し、3年越しに地域活性化イベントをリベンジ。

今回のTeam幽弦feat.MINNAnoFES Rebornで、新たな門出とする。

主催者よりご挨拶

この度は企画書をご覧いただきありがとうございます。

今回、和歌山県で地域活性化イベントを主催致します株式会社asuminJPの池田明日美です。

私は自律神経専門の治療家ですがなぜ今回このような企画を開催するのか、理由を詳しくお話しさせていただきます。

以前4年前から2年かけて和歌山城にて大規模の地域活性化イベントを開催する企画しましたが、開催日がコロナ禍真っ只中で中止になり会社が赤字となりました。

この2年は赤字を修復する事でいっぱいだったので、地域活性化活動に関しては2年間空白の時間を過ごしてしまいましたが、おかげ様で治療院と学校開校もあり無事に修復に向かってきたので再度、方向性を変えてリベンジする事にしました。

チケットも大人2500円と高校生以下2000円と
たくさんの人にきてもらいたいのでお求めやすい価格で販売します。

なぜここまでして開催したいのかということ
長くはなりますが読んでくださると嬉しいです。

まず最初に、音楽x自律神経ケアの組み合わせは関係深いおなじみのものなのですが、その部分ではない（治療家としてではない部分）で根深い想いがあります。

①

私と音楽との関係は生まれた時からあり、
両親が音楽の学校で出会っているため、小さい頃から音楽が大好きな家庭でした。
ピアノや打楽器を習い、中学の部活では吹奏楽部で部長をし、音楽の魅力をずっと感じてきました。
ですが私が9歳の時に父親が精神障害者2級・身体障害4級という障害者になってしまいました。
父を治したいという気持ちが1番強かったので、その後治療家の勉強に励み、音楽は趣味となりました。

父はギターが大好きで毎日歌を歌いながら弾いてくれてたのですが、大好きだったギターも徐々に弾けなくなりました。
中学生の時に、父に「弾いてみようよ」と言ったら
「精神病はね、1番大好きだったものが、1番大嫌いになっちゃう病気なんだよ…もうギターは弾けないし、
歌も呂律が回らないから歌えない。音楽はもう聞きたくない。お父さんがこんなやつでごめんね」
と言われました。

その時に、湧き出る悔しさがあり、治療家になって父を治して音楽をまた好きになってもらいたい、
いつかまた父が音楽に触れられる日をつくろうと決めました。単純に、漠然と。

高校生からは治療家になるためのお金を稼ぐためにずっとバイトを掛けもちしていたので
私自身音楽とは無縁の環境にいましたし、治療家になる事で頭がいっぱいだったので
音楽とは疎遠でしたが、東京で治療家になる夢を叶えてから
不思議な事がおこりはじめました。

お客様が音楽家の方ばかりくるサロンになり、出張で色々なライブなどに専属するようになり
1番仲の良い友達もアーティストだったり、どんどん治療家をしながらも
音楽の世界に戻されていきました。本当に不思議ですよ。

子供の頃に漠然とした思いで閃いた「父が音楽に触れる日」というのは
パッと想像ができずに過ぎてきたのですが、お客さんの専属につき、
コンサートやミュージカルや舞台の舞台裏に立つようになり、
観客と舞台が一体化になる時のエネルギーの強さに何度も圧倒され毎回感動しているうちに、
私もいつかこんなステージ空間を製作したいと思うようになりました。

ただ、何もやり方もわからないのでまだ夢みる夢子なだけでした。

②

私は治療家になるまでは、自分はだめな人間だと自己肯定感が低く、
自信もなく本当に毎日がネガティブだったので
負の連鎖で色々辛い経験をする10代を送ってきたのですが、
治療家になるという夢を叶えた時に、こんな私でも夢を叶える事ができたと
幸せな気持ちを感じる事ができ、そこで今までの全てに感謝をしたいと思います。

これからの人生は自分の生い立ちで出会った人や環境へ、感謝を形にしていこうと決めました。
まずは親孝行をし、それが定着してきた頃に次に感謝すべきものは何かと考えた時、
育った町にだなと思い、町に恩返してなんだろうと考え、
私の地元は和歌山県の田舎町なので
「地域活性化」という言葉にたどりつきました。

まず、何をしたらいいのかわからなかったので、地元の名物を東京でPRし始めました。

すると、地元の高校時代の友人から声がかかり名物の
紀州南高梅をプロデュースする事になりました。

東京のお客様や友達にくばってみたり、イベントに出たりして名物の宣伝をしてみました。
そしてその事から地元の人たちとの交流も増え、もっと私が出来ることはないだろうかと思うようになりました。

そして梅干しプロデュース直後、
ある意味私のこの地域活性化イベント計画を実行させる、ある意味引き金のような事件が起こります。

③父が逮捕され母が救急病棟へ

精神状態が良くなかった父に接触した母が階段から転落し、母は救急車で運ばれました。

私は東京で施術中でしたが、警察を呼び、父を逮捕してくれと頼みました。

警察いわく事件性があるかというところではなく、障害者というところから事故でもあるので
逮捕までは至らないとの事だったのですが、夜遅い時間に父を1人にしたら危険だと思い、
私が行くまで誰かがそばにいてほしいという理由でとにかく父を逮捕してくださいと言い、逮捕につながりました。

それから仕事を辞めて和歌山に帰り、母の病院と父の警察を行き来する生活になりました。

頭が空っぽな日々さらなる出来事が起きました。

障害者ということや病気の事は書かれていない真実とは少し違う内容がニュースや新聞で流れてしまいました。

これは仕方のない事ですが、自分の家がバッドなニュースでテレビに出ていて、言葉にならない感情でした。

じっとニュースを睨み涙を堪えていた時、
空っぽの頭の中に言葉が降ってきました。

「悪いニュースが広まってしまったのなら、良いニュースで上書きして悪いニュースを
抹消してやればいいんだよ。父のように精神障害で苦しみ、身内を傷つけるような事が
もう起こらないように自律神経の大切さをもっと広めよう」
でした。

悪いニュースを上書きできる良いニュースってなんだろう。
良いニュース…町全体が喜ぶ良いニュースじゃないとなぁ…
やっぱり地域活性化がしたいな…
でも自律神経の大切を施術以外でどう広げていけばいいのだろう。
音楽は人の心を癒すパワーがある…
笑いは人を楽しませることができる…
舞台裏で感じたたくさんの人が集まる空間はよかったなぁ…

あ、和歌山最大規模の地域活性化イベントをしよう
こんな感じでした。

母は無事に手術を終え退院し、父も起訴にはならず釈放され、私は東京に戻りましたが、
親の事と、イベントのために東京と和歌山をはしごする生活に変えました。
イベント企画を進めていくうちに東京と和歌山でたくさんの人が協力をしてくれたり、
時には裏切られる事もありましたが、実現させてねと背中を押してくれる人の言葉は温かく、
もはやあの悪いニュースを上書きをしなくても、悪いニュースが抹消されていくのがわかりました。

それからは上書きするんだという難しい気持ちよりも
単純にみんなが喜ぶ事がしたい、応援を裏切りたくないと考えようになり、
いつのまにか親云々、
ニュースや新聞云々ではなく、
ただ純粹に自分のやりたい事になっていきました。

結局、コロナ禍で大規模イベントは中止。
大失敗に終わりましたが、この想いは変わらなかったのが2年半年ぶりにリベンジすることにしました。

最大のきっかけとなった出来事は重いお話になりましたが、全てを伝えなくてはこの
イベントへの想いは 伝わらないと思ったので書かせていただきました。

一つ一つのきっかけとなった感情を忘れずに大切にしつつ、
活動していくうちに生まれた新しい想いや温かい環境も大切にし、
最初の企画とは規模は少し小さいものになりますが、毎年必ず続けていける、
恒例の地元の伝統文化になるようなものを実現させたいと思います。
どうか、初めての挑戦にご協力していただきたいです。
どうぞ宜しくお願い致します。

池田明日美

～最後に～

最後まで企画書を読んだくださり、ありがとうございました。

池田明日美の和歌山に対する強い思いに共感し、

そして、それを実現するために私たち実行委員会が立ち上げられました。

イベントを成功させるためには、皆様のお力を必要としております。

初めてのことで至らぬ点もあるかもしれませんが、

和歌山からこのイベントを始めて、

いずれ県外にも発信していけるよう努めて参ります。

音楽と笑いで自律神経も和歌山も活性化！というテーマの元、

愛と健康を深める、他にはないイベントに作り上げていきたいと思えます。

和歌山の地域活性化のために、皆様に会場にお越しただけですと幸いです。

何卒よろしくお願い申し上げます。

自律神経地域活性化イベント実行委員会