

“野菜 × 美味 × 音楽”

入場無料

“Vegetable + Delicious + Music” Good Life Style

わお！イお！ フェス Vol.1

5/13 土

10:00~16:30

会場: IBALAB@ 広場

大阪府茨木市駅前4丁目4-8

(雨天の場合: クリエイトセンター-多目的ホール)

pop-up shop

シチニア食堂

いたぎ家

TE tea and eating

かわにし農園

豆腐百景

どじょう

宇

お茶とお花とモンブランランチ

special talk

『Veganってなあに?』

佐々木 康之

(Climate Integrate)

yoga & talk

『みんなでヨガ』

『ヨガとヴィーガン』

Chigaya

(Sakhi Yoga Studio)

free live

YeYe

ビューティフルハミングバード

早瀬直久 / kimko

mc

土井コマキ

(FM802)

“野菜×美味×音楽”

入場無料

FOOD

pop-up shop

プラントベース・オーガニックを意識した
フードやワイン、野菜の販売など厳選ショップが集合

シチニア食堂 清荒神



宝塚・清荒神さんの参道沿いにあるローカルレストランです。お野菜を主役にしたお料理を日々生み出しています。

menu

シチニア食堂の旬の
おやさいたっぷりプレート



@sicinia_kitchen

野菜居酒屋 いたぎ家 神戸



和歌山県龍神村で育てた健康的な無農薬野菜を兵庫県神戸三宮で提供する野菜居酒屋。週のうち月～水曜の3日は野菜を育てる為に店を開け、木～日曜の4日のみ居酒屋という半農半居酒屋に挑戦中。茨木市はサラリーマン時代に住んだ思い出一杯の大好きな場所！とても楽しみです！

menu

採れたて野菜料理
完全無農薬野菜の販売



@itagiya_ani @itagiya_otouto

TE tea and eating 池田



茶と食にまつわること20年近く。近年は、台湾・中国茶を中心に関西から地方へと様々な場所でお茶会や教室を開催、茶にまつわるコーディネートや商品開発など手がけています。美味しい時間をお届けします。

menu

台湾茶と菓子



@te_tea_eating

かわにし農園 大阪



大阪府唯一の村、千早赤坂村の森の中で山羊、鶏と共に暮らしながら、農業や化学肥料を使わずに季節の野菜と米を愛情込めて育てています。乾燥させた玉ねぎに厳選したスパイスを配合した無添加タマネギ塩などの加工品を、道の駅やオンラインショップで販売中。

menu

自家農園で採れた
野菜・加工品



@kawanishifarm

豆腐百景 秋田



秋田市にある豆腐のテイクアウト店。豆腐屋が数えるほどしかなくなってしまった秋田市で、豆腐の新たな価値観を探るべく「できたてよせ豆腐」の重り売りや、厚揚げと油揚げの間のような食感の揚げ「よじろあげ」、豆乳ドリンクなどさまざまなメニューを展開している。

menu

よじろあげ



@tofu.100kei

どじょう 箕面



お出汁と自然なワインが楽しめる店。お出汁をたっぷり使ったお料理と作り手の顔が見える自然なワインとのマリアージュ。毎日違う、10種類のグラスワインの中からお好みの味を見つけてみて。語る間に何時も優しく美味しいワインがある。そんなワインライフをご提案します。

menu

お出汁料理
自然派ワイン



@dojyo_dashi_du_japovinnaturel

宇 茨木



阪急茨木市駅徒歩6分の三階建てのビルの2階に7席程度の小さなお店をオープンしました。野菜を使ったちらし寿司とrawcakeと焼き菓子のお店です。

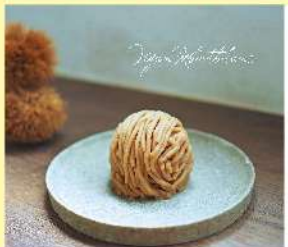
menu

野菜ちらし寿司



@_no_ki_

お茶とお花とモンブラン プランツ 茨木



茨木市にある、卵・乳製品・小麦・白砂糖不使用のヴィーガン&グルテンフリースイーツの小さいカフェです。「ヴィーガンも、ヴィーガンでない人も、誰も嫌な思いをせず“美味しい”と感じてハッピーなひとときを」という思いを込めて日々お菓子を作っています。

menu

ブッドボウル(今日だけ復活!)
モンブラン、焼菓子など



@ocha.ohana.montblanc.plants

WHAT'S VEGAN??

TALK

special talk session

ヴィーガンってなに？野菜中心の生活で変わる事、興味を持つことで世界が変わるライフスタイルへのアクションとは？

YOGA 『みんなでヨガ』 10:30~11:15

その場でできる簡単YOGA
※要申込、詳細は裏面へ

講演① 『ヨガとヴィーガン』 11:15~11:30



講師: Chigaya (Sakhi Yoga Studio)

2011年よりヨガ指導を開始する。
2016年に地元茨木市にてSakhi Yoga Studio(サキヨガスタジオ)をオープン。
様々なレベルの方に合わせたクラスを行なっている。

また2012年から伝統的なヴェーダンタ(ヨーガの聖典)、サンスクリット語を学び、日々ヨーガライフの実践に動いている。



Sakhi Yoga Studio

講演② 『ヴィーガンってなあに？』 14:00~14:45



講師: 佐々木 康之

バンド「bonobos」でデビューし、多数の音源を発表。
脱後も音楽家として活動、同時に社会活動へ積極的に参加し、NPOいけだエコスタッフでは食とエネルギーの地域内循環をテーマにプラントベースレストラン「3RキッチンVegan」の立ち上げや、小水力発電などに取り組む。

草の根運動を大切にしつつ、それだけでは変わらない世の中の根深い仕組みに提言できる場を求め、2022年春よりClimate Integrateに参加。



@CojirouS

ヴィーガン調理実演① 11:35~12:00

お野菜調理師: イタノシゲ(シチニア食堂)

調理実演menu

『シチニア・シゲの野菜パーティーの一皿』

VEGAN COOKING

ヴィーガン調理実演② 12:10~12:35

お野菜調理師: いたぎ家

調理実演menu

『野菜居酒屋がつくるヴィーガンあて料理』

LIVE

free live

YeYe 13:00~13:40



2011年『朝を開けだして、夜をとじるまで』にてデビュー。作詞作曲は勿論、全ての楽器の演奏までをセルフ・プロデュースで行い、翌年のCDショップ大賞でニューブラッド賞を受賞。2017年、4thアルバム『MOT-TAINAI』に収録された楽曲「ゆらゆら」のMVが現在(2022年9月)までに1,200万回を超える再生回数を記録。国内はもとより海外からも非常に高い評価を獲得。2022年7月には二度目となるフジロック・フェスティバルにも出演するなど躍進中。

@eyestagram
@lllYeYelll

早瀬直久 (調理中Live)



自主制作していた映画の挿入歌を書いた事をきっかけに作曲をはじめ、音楽ユニット『ベベチオ』を結成。これまで映画やCMなど様々な分野で楽曲を手掛ける。奇妙礼太郎のALBUM「ハミングバード」と「たまらない予感」では全曲作詞作曲プロデュースを担当。「暮らしをもっと掘り上げる」プロデュースユニット「ragumo」の代表も務め、ジャンルを問わない企画制作活動は多岐にわたる。

bebechio_hayase



ビューティフルハミングバード 15:00~15:40



小池光子(ボーカル)、タバティ(ギター)による2人組。2002年結成。あたたかさで力強さを合わせ持つ声としなやかなアコースティックギターの音色が独自の世界を作る。日本国内にとどまらずアジア各国でも公演。住友林業、西松屋、カゴメなど数多くのCMソング、NHKみんなのうたほか各種メディアでの活動も多数。11年ぶりのオリジナルアルバム「Sincere」(シンシア)を2022年10月22日にリリース。

BHB_official
@mitsuko_bhb @taba_tea

kimko (調理中BGM)



ピアノ(鍵盤全般)、トロンボーン、トイ楽器などマルチにこなす。ラジオやTVCM曲などの演奏収録に数多く参加している。その他コーラスワークにも定評があり、ライブやレコーディングなどで活躍。3児の母であり、家庭では週1ヴィーガン食でゆるく食育中。

@kimko_40



ヴィーガン?

what's?

やさしいね!

SDGs?

やさしいね! フェスは、肉、魚をはじめ、動物性食材を使用しないメニューが並ぶ菜食フェスティバルです。ヴィーガンの人にもそうでない人にも、気軽に菜食の魅力を知って・楽しんでもらえる内容です。プロの料理人によるヴィーガン調理の実演や、ヨガ、トークセッション、そして会場をステキに包んでくれる音楽ライブなど盛り沢山。新しいライフスタイルのヒントにしてみませんか?

MY皿、MYはし 歓迎!!

stage time table



mc 土井コマキ(FM802)

奈良生まれ、眼鏡、ex.銀行員。2000年、fm802「SONIC STYLE」のアシスタントとしてキャリアを本格スタート。その他、VJ、MC、書き物、イベント企画など、音楽を真ん中において活動中。2014年、日本野菜ソムリエ協会認定 野菜ソムリエプロの資格を取得。SDGsについても柔らかく発信中。

@doikomaki @komako_mgr



10:30

Yoga

『みんなでヨガ』

その場でできる簡単YOGA 初心者でも大丈夫!

※ヨガの予約は下記QRコードからお申し込みください。
※ヨガマットのない方はバスタオルをお持ちください。

11:15

Talk

講演『ヨガとヴィーガン』

Yoga講師: Chigaya



11:35

Vegan Cooking ①

ヴィーガン調理実演

お野菜調理師: イタノシゲ(シチニア食堂)
『シチニア・シゲの野菜パーティーの一品』

※限定数試食あり



Cooking Live 早瀬直久

BGM kimko



12:10

Vegan Cooking ②

ヴィーガン調理実演

お野菜調理師: いたぎ家
『野菜居酒屋がつくるヴィーガンあて料理』

※限定数試食あり



Live YeYe



14:00

Special Talk

講演『Veganってなあに?』

講師: 佐々木 康之



15:00

Live

ビューティフルハミングバード

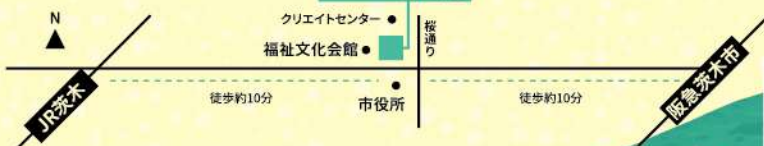


16:30

close

access

IBALAB@広場



やさしいね!



公益財団法人 茨木市文化振興財団 IBABUN Ibaraki City Cultural Foundation

Yogaのお申し込みはコチラ または、☎ 072-625-3055 (10:00-17:00)まで 4/5(水)10:00~受付開始

