

今日は、ベジ気分！

ベジタリアンと大豆は切っても切れない間柄。
少し、ベジで楽しい生活をのぞいてみませんか？

日本ベジタリアンアワードにもノミネートされ、ビーガン・シンガーソングライターとして活躍されているなゆたさんを、橋本晃一がご紹介いたします。

写真撮影：日高綾子（4点共に）



今月のベジーさん なゆたさん

～ビーガン・シンガーソングライター～

●プロフィール●

1992年神奈川県横浜市に生まれる。15歳より音楽に目覚め、独学でウクレレとギターを学び、作詞作曲を始める。同年夏、沖縄での滞在中にりんけんバンドの照屋林賢氏に見出され、プロミュージシャンとして活動を決意し、沖縄へと移住する。高校卒業と同時に、ファーストアルバム『なゆたうたう』でデビュー。翌年には『宇宙のレシピ』を発表、無名のアーティストがNHKドラマの主題歌を手がけ、注目を集める。

インターナショナルスクールで育ち、日常的に英語に触れたことから日米両言語をたしなみ、作品は2つの文化を色濃く反映している。現在はフリーのミュージシャンとして世界中を飛び回る日々を送る。

●ビーガンになったきっかけ●

なゆたさんは、2歳頃から酷いアトピーに悩まされてきました。ステロイド剤を使わず、漢方を用いた自然療法により6歳には完治するも、14歳の年に再発。当時東洋医学を学んでいた母の恩師との会話が食生活を見直す大きなきっかけとなったそう。

人が動物の肉を摂取する際、殺される間際のネガティブな感情が心を与える影響・慈悲の心を説明され、その日からお肉を一切食べない生活を始めたそうです。

●動物性食品を摂らなくなつて変わった事●

中学生なりに「ベジタリアン」に関して調べていくうち、自分の身体だけでなく、動物はもろろん環境にも優しいと知り、アトピーが完治してからもベジタリアン生活を続け、数年後、『101 reasons to go vegan』というYOU TUBE(ユーチューブ)動画をきっかけに、乳製品も動物や身体に悪影響を与えている事を知り、ビーガンになりました。

アトピーが完治した以外、毎年冬になるとティッシュ箱を持ち運

んで移動するくらい酷かった鼻水と痰も一切出なくなり、それ以上に心に大きな変化が起きたそうです。

幼い頃から大好きだった音楽にのめり込んだのも、その道が開けたのも全て食生活を変えてからで、好きなもの・嫌いなもの・必要なこと・必要ないことが瞬時に見分けられるようになり、無駄に考えることがなくなり、**色んなモノがクリア**になったそうです。

● 今後のなゆた ●

「変わらず自己表現をしていくのみ」となゆたさんは意気込んでいます。今は「音楽」が一番の発信ツールですが、なゆたさんは音楽だけにこだわってはいません。絵を描きたい時は絵を描き、料理をした時は料理をし、映像を作りたい時は映像を作ります。

心の中を表現する方法は沢山あって、「これからも沢山の表現方法を学んでいきたい」と、なゆたさんは思っているそうです。

「私と出会い、ビーガンになる人が増えたら嬉しいです。あくまでも私のフオーカスは**私の表現したい事を表現する**のみですが！



ヴィーガン・シンガーソングライター

『なゆた』

なゆたホームページ：
nayutatau.com

各種 SNS

YouTube/Facebook/Instagram：
nayutatau

ドッグシェルター Facebook ページ：
[Shie's Happy Tails](https://www.facebook.com/Shie'sHappyTails)



(笑) 2018年はインターネットをうまく使いこなして、全世界になゆたを発信していきます。あと母が去年始めたドッグシェルターのお手伝いもたくさんします！

ビーガン仲間の皆様、これからも楽しいこと一緒に沢山しましょう！応援もよろしくお願ひします！と、笑顔で語っていました。

「おいしいは、やさしい。」



株式会社 株式会社 株式会社
株式会社 **みすずコーポレーション**
〒380-0928 長野県長野市若里1606
☎026-226-1671(代)
<https://www.misuzu-co.co.jp>



認定・登録番号 0004480
エアアクション21
HEALTH, SAFETY & HALAL ASSOCIATION
(健康安全ハラル協会) ハラル認証取得



＜協会事務局＞
〒532-0003
大阪市淀川区
宮原 1-19-23-1317
☎06-6868-9860
<http://www.jpvs.org>

NPO法人日本ベジタリアン協会
橋本 晃一 (事務局長)
日本ベジタリアン学会プレゼンテーション賞受賞