

2025

5.17(土)

11:15-14:15  
(開場：10:45)

神戸煉瓦倉庫  
K-wave

兵庫県神戸市中央区東川崎町  
1丁目5-5 煉瓦倉庫南棟

JR神戸駅・神戸高速鉄道高速神戸駅  
地下鉄海岸線ハーバーランド駅より  
徒歩8分

参加費：5,000円  
(1ドリンク付)

\*学生割引あり  
お問い合わせください。

今年も  
This is ME!! が  
やってくる!!



来場者  
スピーチタイム  
あり!!

これが私！そしてこれが私のパラダイス



主催：高嶋 友子 This is ME!!プロデューサー  
ハワイ式風水ライフスタイリスト

大好きだった仕事を手放したとき、ふと心の奥底から湧き  
上がった声。「高嶋友子として、私は何をしたいの？」  
そこから始まったThis is ME!!イベント。  
今年是最強パワーワード「これが私」に「これが私のパラ  
ダイス」をプラス！さあ！一緒にパラダイスの扉を開けま  
しょう！当日は、ハワイ式風水から生まれた高嶋友子オリ  
ジナル「ハーモニー風水」セミナーをご提供します！

お問合せ  
参加申込は  
こちらから♪

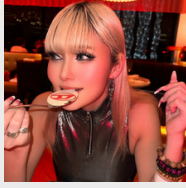


# Performers

## 「自分で自分を愛すまで」

清水 凜沙

笑顔を爆誕させる  
メイクアップアーティスト



語り

人は見た目じゃない、と言うけれど。自分の好きな自分でいたいと思うのは自然なことであり、誰にも否定する権利はありません。好きなものを食べて、好きな人と話し、好きな服を着る。そしてメイクは自分の顔を好きになれる魔法です。みんなの1番素敵な笑顔を引き出したい。そんな想いで活動しております。

## 「子育てはメッセージ☆」

Michiko

言霊アーティスト



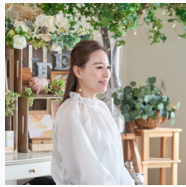
語り

子どもの進路で岐路に立ち、本当にやりたかったことを思い出す。憧れの画家・葉祥明氏の表紙画で育児エッセイ本『虹のとびらをあけて』を上梓。本を書く中で育児の意味がわかり、自分を生きようと決める。自己発信をはじめる。出会いが多様化。自分を見失い奈落の底に。再び生き直す力をくれたのは、子どもたちとの新たな出会いだった。

## 「This is me.」

谷岡 綾子

一人ひとりのモノガタリを  
カタチにする人



語り

新卒で(株)星野リゾートにて勤務。ネイリストに転身し対話型ネイルサロンAtelier de cochonnet開業10年。現在はネイルサロンに加え「あなたのモノガタリをカタチにする」をコンセプトに、デザインとものづくりの工房を運営。長年自分を表現することを赦せなかったわたしが【自分らしく生きる】ために実践してきたこととお話します。

## 「食を通じて自分再生！」

山口 百代

食養生食育アドバイザー



語り

約20年間国際線CAとして勤務。鬱病を体験し、食べたもので體(からだ)はできていることと和食の良さを実感。二十四節氣を大事に、地産地消、調味料にこだわり自家製発酵調味料を使用した、まごわやさしい食養生発酵料理を提供。食を通じて自分再生！

## 「身体が動けば心も動く」

岡田 智子

愛と笑顔の助っ人



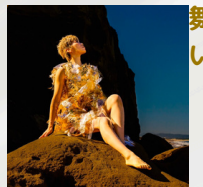
舞い

エアロビクスに、機能改善体操、ヨガ、フラフープ等指導するかたわらで「銀太」「±13」として数々のショーに出演。昨年は「This is ME!!」のステージでフラフープダンスをソロで披露。言葉は愛も憎しみも生み出します。ダンスは言葉のない世界。身体が動けば心も動く。身体の中から溢れ出す楽しさを、全宇宙にお届けしたいです。

## 「皆さまが 笑顔になりますように」

石本 香奈

八面六臂のショーダンサー



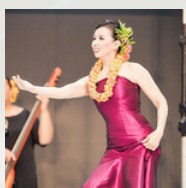
舞い

ジャズダンス、クラシックバレエ、チアダンス、ポールダンス・・・と多彩なジャンルを極めたダンサー。STOTTピラティス認定講師。JOPHダイエットアドバイザー。銀太、±13というユニットを組み、ショーダンサーとしても活動中。皆さんに楽しんで頂ける舞台となりますようにと心を込めてお届けしたいと思っています。

## 「大自然からのギフト」

Laka

踊るキャリアコンサルタント



舞い

大自然からのギフトは、私たちの生活を豊かにし、心を癒すかけがえのない存在です。青々とした木々、澄み渡る空、波音が響く海。太陽の光はエネルギーをもたらし、世界の広さや命のつながりを実感します。大自然からのギフトに感謝し、全ての人に愛をお届けします。

## 「2人の何かが13コ違う というネーミング」

±13

Kana & Tomokoの2人組ユニット



舞い

ジャズダンスとアクロバットとおふざけパフォーマンス...何でもあり?のダンスユニットです。観ていて、ウキウキ♡ワクワク♡感じていただけたら嬉しいです。