

町家にたとえたら、「梁」番組？ 『SUNNYSIDE BALCONY』(サニー・サイド・バルコニー)



「衣・食・就・歴… and more」な、αの大看板

Fairy Castle (フェアリーキャッスル) 毎週月～木曜日 12:40～12:50

女性の永遠のテーマでもある「美」を追求。昼休みのお色直しに使えるメイクアップ術や、聞いてすぐに実践できる上手な着こなし術を紹介。昼休み終了10分前にサイフを脇に抱えて外出してしまう人や、お色直しの聖地でもある化粧室が大混雑になること必至！

Wanna Be Plus α (ワナビープラスアルファ) 毎週金曜日 12:40～12:50

就職活動をする上で大切な準備や企業へのエントリー方法、即実践できるテクニックを分かりやすく紹介。社会人のアナタは、普段履くことのなかったタイトスカートで歩きにくさを実感しながら企業を駆け回り、牛井でお腹を満たしたあの頃を思い出す？

Kyoto Foodies Explorer (キョウトフーデイズエクスプローラー) 毎週月曜日 11:40～11:50

料理をつくることはもちろん、食えることが大好きで野菜ソムリエの資格まで取得したフードコーディネーターでもあるDJ慶元まさ美が、今なら根菜など、旬食材の話題を中心にレシピを紹介。幼いころアレルギー体質だった自身が、母のつくる料理で体質改善

Kyoto Quest (キョウトクエスト) 毎週月～木曜日 13:45～13:50

京都の祭や歴史の1ページとなる大きな出来事から京都の露地に伝わる習わしなど、京都の情報を母親が子供に教えられるような視点でわかりやすく紹介。ビジネスマンのアナタなら、商談時にアイスブレイクのネタになる会話がなく、緊張した面持ちで商談し

What's the [SUNNYSIDE BALCONY]?

1997年のスタート時より、1日のど真ん中コアタイム、昼休みを挟んだデイトタイムの4時間を、月曜日から金曜日というオビでフォロー。家に例えるなら太い梁のような、押しも押されもせぬα-STATIONの大看板番組。パーソナリティは'97年～'98年は村上美樹、'98年～'99年横井くにえ・川島郁子、'99年～'03年横井くにえ、そして'03年からは森夏子、'06年からは月曜日・火曜日を慶元まさ美、水曜日～金曜日を森夏子という二大看板で受け持っている。プログラム名どおりの爽やかな声で、ときに主婦がひとり落ち着くひとときを、ときに事務所でランチタイムを過ごすワーキングレディを、ときに営業に汗する車中のビジネスマンを潤している。

毎週月曜日 11:40～11:50

できた経験をもつ彼女。そんな経験を活かして、休日のちょっとした時間に、カンタンかつ本格的にできるものが多い。仕事終わりの外食続きで栄養状態がかたよったアナタのヤサぐれ胃袋を優しくいたわる食育コーナー。

たことは誰にでもあるはず。そんなピンチに同コーナーで耳にした京都の情報はきっと重宝する。オフィスでキーボードをたたく音に耳を傾けるだけが仕事じゃない。ビジネスの手札を増やすために耳を傾けるのも社会人にとっての大切な仕事だ。



森夏子
MORI NATSUKO

同志社女子大学では初代ラクロス部のキャプテンを務め、そこで培ったバイタリティーで、'03年より現在まで、同プログラムの代名詞として君臨している看板パーソナリティ。趣味はドライブ(主に神戸の湾岸クルーズ)、愛車はBMWのカブリオレ！

『SUNNYSIDE BALCONY』 Personalty

慶元まさ美
KEIMOTO MASAMI



DJの他、MCやナレーションもこなす。何事にも好奇心旺盛とは本人の談で、中でも本文中にもあるとおり、とにかく「食」が大好き。「Cooking+α—毎日のかんたんレシピ」という著書もある。マイペースな性格だからこそ、昼のひとときを「立ち止まって一休み」な時間に、がモットー