



# 『Smiling 笑いヨガ』

## 【講演概要】

二人に一人はがんと言われる時代、人は笑うことで免疫が上がり、がん細胞でさえ消えると言われています。笑いは、明朗な心・病気を寄せつけない丈夫な体を創ります。心(ストレス)と体は病気に深い関わりがある事が研究で明確になっています。皆で、笑いのコツ(ヨガ)を体験・習得して、マイナス要因を吹き飛ばし、心身共に健康を保ち、さらに免疫を上げてゆきましょう！

## 【プロフィール】

平成13年 東京都武蔵野市の病院にて、医事課主任  
あと、平成21年3月採用関係全般・官公庁、保健所窓口、院長・Dr管理、施設管理、患者様相談窓口、ホスピタリティ研修など経営管理に従事

平成21年3月 USAサンフランシスコ短期留学

平成22年1月 帰国後ビジネス学校に通い、「笑いヨガ」に出会う

平成22年6月 小平笑いヨガリーダーとして独立  
現在に至る

平成23年8月 インドバンガロールにてラフターヨガ(笑いヨガ)のティーチャー資格取得

平成28年6月 たかの台整骨院 副院長



講師：市川純子氏  
(ラフターヨガ〔笑いヨガ〕ティーチャー)

どなたでも参加OK 申込み不要  
参加費：1,000円(会員無料)

## 5月18日(土)

開場 14:00

講演 14:30~16:30

会場：台東区民会館8階  
台東区花川戸2丁目6-5  
(浅草駅歩5分)

※例会後、懇親会あります(自由参加)



## 日本笑い学会・関東支部

・ ・ ♪♪♪♪♪ ・ ・ **今後の研究会の予定** ・ ・ ♪♪♪♪♪ ・ ・

### 第272回 研究会

日時：2019年6月15日(3土) 14:30～16:30(開場14:00)  
テーマ：ホスピタル・クラウン ～被災地支援活動における『笑いの力』～  
講師：大棟 耕介 氏(プレジャー企画・代表/日本笑い学会会員)  
場所：台東区民会館・第5会議室(8階)

### 第273回 研究会

日時：2019年7月20日(3土) 14:30～16:30(開場14:00)  
テーマ：天国にはなぜユーモアがないのか ～笑いとはユーモアの原理～  
講師：森下 伸也 氏(関西大学・教授/日本笑い学会・会長)  
場所：台東区民会館・第5会議室(8階)

.....  
第274回：2019年8月17日(3土) 第275回：2019年9月21日(3土)  
.....

### 【関東支部25周年記念研究会】

◎開催日：2019年11月17日(第3日) 午後(夕方記念パーティ)  
場所：明治大学リバティタワー1083教室(御茶ノ水)

※関東支部は1995年2月20日に設立され、2019年で25周年を迎えます。  
現在25周年企画を検討中。皆様の予定にお入れ下さい！  
.....

### 【日本笑い学会 2019年度大会】

- ・開催日：2019年8月24日(土) - 25日(日)
- ・場所：岡山理科大学(岡山市)

・テーマ：岡山発 笑い学のすすめ～笑いがひらく明るい未来～

※宿泊予約はお早めに！(同日、岡山で多団体の大規模会議あり。笑い学会本部でもホテルを確保しています。希望者は本部にご連絡下さい)

### ◎日本笑い学会・関東支部20年のあゆみ(記念誌)好評！

日本笑い学会・関東支部は設立20周年を迎えました。  
去る2014年12月20日(土)明治大学駿河台キャンパスにおいて、「記念式典」「記念講演」「記念シンポジウム」「記念パーティ」を開催しました。席上、20周年記念誌「関東支部20年のあゆみ」が出席者に配布されました。  
この記念誌は「記録を大切に、記憶に残る記念誌として」を目標に編纂されました。ご希望の方には、実費1,500円/冊(送料別)にてお分けしております。関東支部のホームページからお申込み下さい。

約144頁、目次→はじめに、各支部からのメッセージ、関東支部研究会の記録(第1回～第217回)、研究会の聴講録(平成23～25年度)、研究会講師の研究ノート、関東支部会員の声、フォトアルバム、関東支部研究活動の年表(20年間)等です。  
.....

◎笑い関東の研究会は、日本笑い学会の会員以外の方でも参加できます。特別な場合を除いて、予約の必要はございませんので、友人・知人にもお声をかけていただき、大勢での参加をお願いいたします。  
(会員以外の方は参加費を頂戴いたします)  
.....



日本笑い学会のロゴ



成瀬国晴 画

### 日本笑い学会 関東支部

〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1  
東京ボランティアセンター メールボックスNO. 54  
E-mail : [un\\_ei-01@warai-kanto-0808.org](mailto:un_ei-01@warai-kanto-0808.org)  
ホームページ : <http://www.warai-kanto-0808.org>