

# 第13回健康講座 **笑いヨガ** 免疫UP!大会

開催日時 2024年3月24日(日) 13時30分~16時  
開催場所 倉敷市芸文館 (202会議室)

## スケジュール

☺オープニング フラダンス 青井幸子様



開会の挨拶 当会代表理事 万代 京央子



笑うと幸せになります。  
ニコッ(∩▽∩)も良いですが  
今日は大笑いでスタート  
しましょう。



① 健康講話☺ 重井医学研究所名誉所長/財団法人染色体学会元理事長  
理学博士 沖垣 達 (おきがき とおる) 先生



「研究に生命をかけた科学者たち  
～涙と笑いの真実の物語～」

先生は 92 歳 \ (◎o◎) / !





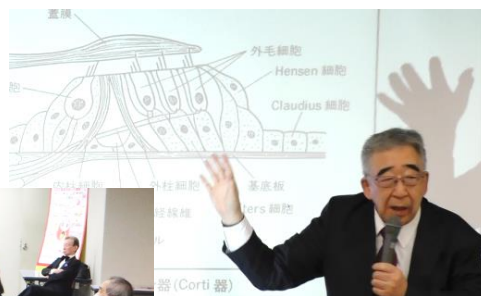
② お楽しみコーナー😊川崎医科大学総合医療センター耳鼻咽喉科  
元副院長 秋定 健（あきさだ たけし）先生

★現代の医学常識ウソ？ホント

★歌披露（カラオケ歌唱力検定5段）

★秋定先生と一緒に歌いましょう

♥楽しみましょう



会場から  
声が上が  
り  
沖垣先生も  
歌を披露



③ 健康笑いヨガ😊

[当会代表理事]

川崎医療福祉大学非常勤講師 万代京央子

「健康年齢・脳年齢をUP！させよう」

理論と実践でお伝えいたします



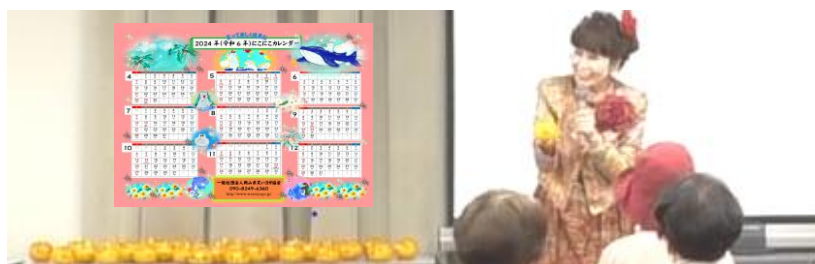
一瞬で衣装替え



もし喉に物が詰まったら・・・  
どうしたら良いかを実演指導



①プレゼントはニコニコ笑顔みかん・カレンダー



閉会の挨拶～～幸せの歌でスタッフがお見送り～