

# 日本笑い学会 岡山笑わん会支部 研究会



**皆でワンワンキャンキャンと大笑いして今年も元気に！**

日時：平成30年2月18日(日) 14:00～17:00 ※終了後、希望者参加の新年会

会場：**(株)百備ヘルシーケア 丸の内ヒルズ 8F** (岡山市北区丸の内2-1-10)

※昔の藤原病院の建物。公共交通機関利用がお勧め。路面電車やバスの城下(しろした)停留所を東に徒歩5分。岡山市民会館の東隣りで、東には鳥城公園、北には旭川を挟んで後楽園。車の場合は、近隣のコインパーキングをご利用ください。

快費：会員 500円、会員外 1000円 ※会員の方は、受付で年会費3000円の支払いも出来ます。

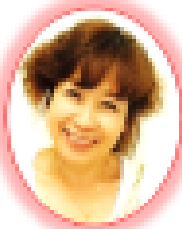
## プログラム

(〇〇) ご挨拶 当会会長 **滝川雅之** / 百備ヘルシーケア施設長 **大崎岳志**

(〇〇) 快快の挨拶 重井医学研究所 名誉所長/当会顧問 **沖垣達** (10分)

(〇) 講演と実技 「感動！！笑って歌って健康と幸せを呼びましょう」 (90分)

当会役員、川崎医療福祉大学 非常勤講師 (一社岡山県笑いヨガ協会 代表理事 **万代京央子**)



私たちの心と身体は深く関連合っていて、行動を起こせば心や感情が動き易くなります。笑って歌って前向きな行動をとる、そして深呼吸を行うと、幸せホルモン分泌と共に脳に酸素が行きわたり、心のゆとり、免疫力、精神力等が育まれ、元気で前向きな楽しい人生に変わります。笑えないあなた・笑いたいあなた、私と一緒に笑い転げましょう！！笑っていると、必ず心から笑える日が来ます。呵々！

(講師プロフィール) メンタルケアカウンセラー・ケアストレスカウンセラー・行動心理士等  
著書＝健康は笑いから～笑いヨガ&認知症予防  
オリジナルCD＝幸せがくる♥リラクゼーション  
HP: <http://www.waraiyoga.jp/>

(〇〇) 話題提供 「最後まで元気に楽しく生きるコツ」 当会副会長 **湯浅光行** (30分)

明治時代に現代日本社会の礎を築いた**渋沢栄一**や**大原孫三郎**などの偉大な経営者が持つ公心など、元気に楽しく生きるコツを紹介します。

(〇〇) 皆でワイガヤ 本日の感想、最近思案と、イベントPRなど、何でも発言OK! (40分)

(〇〇) 〇■ 終了後、城下のホテルエクセル岡山で希望者参加の新年会(快費:3000円)

ハロー歯科 御中 [担当:滝川] FAX:086-282-6499 ☎:086-282-0086, メール:info@hello-dc.net

H30.2.18(日)岡山笑わん会 参加申込書 ◆新年会: 参加、不参加 ←該当に○

お名前

ご住所 〒

TEL

E-mail