

「笑い与健康」

明るく笑って、元気に長生き!
その秘訣を明るく楽しく教えていただきます。

日 時: 11月28日(土)
14:00~15:30(開場13:30)

場 所: ぴあ小山田ホール

対 象 者: 小山田地区にお住まいの方

講 師: 橋元 慶男さん
(日本笑い学会講師団)



趣味は「落語」です!

講演内容: 笑いの効用を通じて、笑いの免疫効果、笑いの作用、笑いが心や健康にもたらす影響について、ユーモア話術を交えて、面白く、わかりやすくお話していただきます。
また、呼吸法や笑いの実技を実践して、「笑い上手は生き方上手」を認識していただくためのノウハウを伝授します。

申 込 み: 不要

送 迎: 有り
※必要な方は11/16(月)までに下記までお申込みください。

主催・問合せ: 小山田地区市民センター 市川・伊藤・大谷
TEL: 328-1001



経 歴: 三重大学教育学部客員教授、愛知産業大学教授、岐阜聖徳学園大学教育学部大学院教授、鈴鹿医療科学大学教授などを歴任。

資 格: 心理学博士、臨床心理士、精神保健福祉士など医療関係のほか、笑い療法士、笑いヨガティーチャーなど