大道芸と最先端社会科学の融合で高齢者に笑顔を届けます。京大卒大道芸人が「ユーモアセラピー」を開講

京都市在住、海遊館を拠点に全国で活動中のプロ大道芸人「たっきゅうさん」が、高齢者の幸福感、健康の増進に寄与するため、大道芸と笑いの効用に関する講義を融合した講演「ユーモアセラピー」を今年２月よりスタートしました。京都大学大学院博士課程退学、大学院で専攻した社会科学最先端研究領域のソーシャル・キャピタル（社会の絆）研究、幸福学研究の知識を交えながら、笑いを通じて高齢者の皆様の社会的繋がりや幸福感の向上を目指します。デイサービスを中心に京都、滋賀、大阪、東京でも講演実績があり、高齢者の皆様から「これだけ笑ったのは久しぶりだ」と好評の声をいただいております。より多くの高齢者の皆様に笑いの力を実感していただくため、取材の検討をぜひお願いします。

●講演名称 ユーモアセラピー
●講演内容 大道芸（トークを交えたコミカルなジャグリング）の実演
笑いが心身の健康に良いことを示す講義
笑いヨガ体験（笑う動作とヨガの呼吸法を組み合わせた健康体操）
●コンセプト
大道芸人として培ってきた笑いの技術と、元京大院生として学んだ高齢者の社会的絆や幸福感に関する学識を交えながら、笑いを媒介として高齢者の健康、幸福感の増進を目指します。
●対象
デイサービスなどの老人介護福祉施設の高齢者が主たる対象です。健康な高齢者の介護予防プログラムとしても活用していただけます。
●参加者の声
講演を実施したデイサービスの職員から、次のような声をいただいています。「最初と最後では、皆の表情も場の空気もすごく変わってて、【笑い】の力をなんとなく感じられたような気がしました！」

●ユーモアセラピー講演の詳細

ユーモアセラピー講演は、大道芸、笑いと健康に関する講義、笑いの体操「笑いヨガ」の３つで構成されています。70分程度の講演です。

【全国で爆笑を取ってきた大道芸】
まずは皆様にたくさん笑っていただくために、大道芸の実演を見ていただきます。ボールやこん

棒を華麗に操るジャグリング、かわいいバルーンアート、ちょっとインチキな（？）マジックなど、理屈抜きで笑ってください。

【京大卒ならではの、笑いと健康に関するタメになるお話】
笑うことによってリューマチや糖尿病が改善したという実験結果など、笑いがなぜ健康に良いのか、科学的なデータとともに芸人ならではのジョークを交えつつお話します。更には現在NHK教育テレビの白熱教室でも話題になった幸福学研究の知見も交え、笑いを通じて、幸せな人生を歩むためのコツをお話します。「たっきゅうさん」は実は京都大学大学院出身で、笑いに関する学術的研究に造詣が深く、「日本笑い学会」で研究成果を発表したこともあるほどの実力の持ち主だからこそできる講演です。

【いつでも笑える！？ユニークなエクササイズ「笑いヨガ」の紹介】
笑いが健康に良いとは言っても、いつも大道芸や漫才を見るわけにもいかないし、簡単に笑えないよとご心配の皆さんのために、いつでも簡単に笑える方法を紹介します。それが「笑いヨガ」です。笑いヨガは、笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせたユニークな健康体操です。「ヨガ」とは言ってもヨガのポーズをとることはなく、やり方も非常に簡単です。作り笑いも本当の笑いも身体的には同じ効果があるという科学的な根拠に基づいて考案されたエクササイズです。笑いヨガを覚えて、いつでも笑って健康を手に入れてください！

●大道芸人「たっきゅうさん」のプロフィール
京都大学大学院人間・環境学研究科出身。日本最難関の海遊館でのパフォーマンス権をかけたオーディションに合格し、芸術祭神戸ビエンナーレ入賞などの賞歴多数。2013年には、専門である統計学を駆使して芸人向けのスマートフォンアプリを開発。そのニュースがNHKや毎日新聞など多くのメディアに報道された。笑いについての造詣も深く、日本笑い学会で独自の笑い理論を発表するなど、理論派大道芸人として活躍中。

お問い合わせは下記まで！
メール jugglertakyu@yahoo.co.jp
携帯 090-1956-5936
ホームページ http://takyu.jp

Generated by ぷれりりプレスリリース
https://www.prerele.com