

120歳通信 2015年4～6月号

(617分の31～33号)

発行元 444-0124 愛知県額田郡幸田町深溝上池田36 G & G 吉見典生
0564-62-8144 Fax0564-62-9696 E-mail papi@tms21.jp papi-pero@i.softbank.jp
URL www.waraiyoga.pw www.tms21.jp Face Book www.facebook.com/norio.yoshimi

TMSセミナー

ハッピー介護と気分チェンジで元気が出る笑いヨガ



村井氏のお話は、「認知症のご家族を介護され少しでも楽しく暮らしたい方 人生を前向きに生きたい方 笑顔人間になりたい方」にもぜひとも聴いてほしいと思います。

悲惨と思われるような状況でも、見方を変えれば超ハッピーな世界が展開されることがわかります。これは経営にも通ずることとかまさに経営そのものです。

税理士法人TMSのセミナーは「社長学」を標榜するものですが、「人間学」をも念頭において企画しております。どうぞふるってご参加ください。

記

演題：ハッピー介護と 気分チェンジで元気が出る 笑いヨガ

講師：村井俊雄（トッシー）

日時：平成27年7月11日（土）

午後1：30～3：30（12：30開場）

場所：税理士法人TMS（所在地は上記G & Gと同じ）

参加費：2,000円

定員：40名

笑いヨガ世界大会 in 岡崎 (2015.5.4) で

元さん「笑いヨガ療法学会」の立ち上げを宣言



今や笑いヨガが世界中に普及し、各方面で生活に取り入れられています。

国内でも笑いヨガインストラクターの活躍により、笑いヨガの普及と恩恵に各方面で注目され始めました。私は笑いヨガの心身の健康に及ぼす効果について、実証的な研究を積み、博士の学位(心身健康科学)を取得しました。

笑いヨガの研究業績を機会に、多くの笑いヨガの実践家や関心のある方がエクササイズの結果

として、笑いヨガの自然治癒力や生命力を高める療法的な効用を認識し、広く社会に普及し、自然治癒力を高めることをサポートする笑いヨガの研究団体として「笑いヨガ療法学会」を立ち上げたいと思います。現在、カリフォルニア大学では、ADHDやLD、情緒障害児への従来の薬物療法を止めて、笑いヨガを実施して著しい成果を上げています。

私も、臨床心理士として、うつ症状のクライアントへの認知療法的なアプローチや心理療法に限界を感じています。うつ病を別称「笑い欠乏症」といわれるクライアントに、笑いヨガを指導して成果を上げています。そして、現在、「幸せを呼ぶ笑いヨガ療法」として、著作にも取り組んでいます。多くの笑いヨガの実践家や関心のある方が単なる笑いのエクササイズに留まらず、笑いヨガ

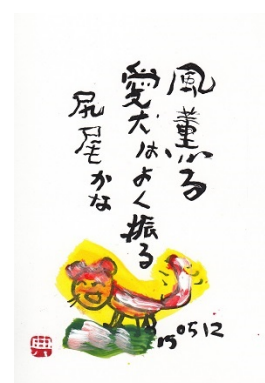
の自然治癒力や生命力を高める療法的な効用を認識し、広く社会に普及していくことを目的として「笑いヨガ療法学会」を立ち上げたいと提案します。学会を通じて、相互に研鑽を深め、笑いを通じて「生きる力」を引き出す笑いヨガの療法士としてケアサポートして、質を高める心身の健康に寄与する21世紀の社会の担い手として、お互いに手を携え、協力し合って広く社会にアピールしたいと思います。

心理学博士・心身健康科学博士・臨床心理士 元(橋元慶男)

9月のTMS研修会は元さんをお願いします

日時：9月12日(土)13:30~15:30 場所：税理士法人TMS

演題：「幸せを呼ぶ笑いヨガ療法」講師：橋元慶男 参加費：2,000円



今年も八ヶ岳の麓の二つの笑いヨガ（ラフターヨガ）リーダー養成講座へいらっしゃい



笑いヨガ（ラフターヨガ）とは、1995年にインドの医師カタリアらが考案した笑いとお腹呼吸による有酸素運動です。現在101カ国に広がっています。笑いの体操により、心と体を健康へと導きます。笑いヨガへを導入することにより、自分の経営に自信が付き、人との付き合いがスムーズにいくようになります。社会、職場、家庭、日常に役立つ資格です。あなたの人生がより豊かなものになります。資格を取得することで、自分に自信が付き、社会的信用が生まれます。

講師は両講座ともグリーンちゃん（大川実音史）と、のりさま（吉見典生）が担当させていただきます。

第一の講座 第4回 八ヶ岳 笑いヨガ（ラフターヨガ）リーダー養成講座

日時：6月27日（土）10：30開始 6月28日（日）16：00終了

場所：長野県原村 ペンションパロック 八ヶ岳中央高原

〒391-0114 長野県諏訪郡原村第2ペンションヴィレッジ

TEL 0266-74-2038 FAX 0266-74-2261

受講料：30,000円（テキスト代含む）宿泊費等：（1泊2食、事務費等）10,000円

第二の講座 第3回 ありがとう笑い共和国 笑いヨガ（ラフターヨガ）リーダー養成講座

日時：9月26日（土）10：30開始 9月27日（日）16：00終了

場所：山梨県北杜市・五風十雨農場 ごふうじゅうう 山梨県北杜市白州町横手5128

受講料：受講料、宿泊費等は第一の講座とまったく同じです。

全国の笑いヨガティーチャー・リーダーの皆さん応援してください、手伝ってください

この講座の一番の特長は、すでに笑いヨガのリーダーやティーチャーであるかたは無料で参加できるということです。リーダーは、大川実音史や吉見典生の講座で卒業した人に限らず、日本全国、いや世界のどこで育成されたリーダーでもティーチャーでも無料で参加できます。（ただし宿泊費等（1泊2食、事務費等）10,000円はいただきます）

この講座に参加することによって、ティーチャーやリーダーとしてのスキルの向上が期待できます。また主催者としても、リーダーやティーチャーに参加していただくことにより、この講座を盛り上げていただきたいのです。

毎年6月と9月に、八ヶ岳の麓に集まって、笑いヨガ（ラフターヨガ）を世界中に発信していきましょう。



第20回はがき人の集い in 幸田のご案内

第20回記念大会は ちょっとだけ意気込みます。

テーマは **はがき+落語+笑いヨガ+大旅行** です。

はがきの講師は半田正興さんを予定しています。落語はもちろん立林浩明さんです。笑いヨガはプロの笑いヨガティーチャーを予定しています。大旅行は、「ひと筆書き世界一周旅行」を7月15日ごろ出国して前回の終着点オーストラリアのケアンズから発して、パプアニューギニア インドネシアの島々 マレー半島 中国大陸 キリギスタン 行けるところまで……。

Or チベット ネパール(地震のお見舞い) インド 行けるところまで……、
としたいです。これの報告をさせていただきます。

日時：平成27年11月28日(土)午後1:00~4:30

場所：税理士法人TMS 参加費：2,000円(参加者には吉見の「平成28年分下手絵カレンダー」を差し上げます。定員：40名 詳細につきましては7月10日発送の「120歳通信」にてお知らせします。

第4回125歳宣言の集い in 岡崎のご案内

人生を楽しく健康に長生きしたい人、この指と~まれ

日時：平成28年1月25日(月)午後2:00開始 26日(火)正午終了

場所：岡崎市図書館交流プラザ・Libra(リブラ)

懇親会は岡崎ニューグランドホテルを予定しています。

予定講師：橋元慶男先生(幸せを呼ぶ笑いヨガ療法)

渡邊 浩先生(76歳、徒歩で世界一周25,000キロ)

田所メアリー・田所孝夫妻(笑いヨガの実技とトーク)

参加費：5,000円 懇親会5,500円

ご宿泊は岡崎ニューグランドホテルをお勧めします。シングル8,300円から、ツイン2名様14,300円からありますが、ご希望の方は各自でご予約下さい。

(岡崎ニューグランドホテル郵便番号 444-0052 岡崎市康生町 515-33 TEL0564-21-5111
FAX 0564-5-21-0109)

書籍等の販売

『笑いで癌は治る』は完売しました。内容をさらに充実したものを執筆中です。

DND『ガン患者と家族のための笑いヨガ』好評発売中です。(3240円税込)

ある人から次のようなお葉書をいただきました。

「グリーンちゃんの笑いヨガ」DVDをさっそくお送りくださりましてありがとうございます。GW中はなかなか取りくめないでおりますが、平日はほぼ毎日グリーンちゃんと楽しい時間をすごさせていただいています。私はガンではなく1型糖尿病を5年程前に発症しました。「ガンは治っても私は治らない」と思っておりましたが、友人の さんが「絶対治る！」とおっしゃってください、心を入れかえてアッはハハハと励んでおります。
(カットは今年の私のダジャレ俳句です)

