

笑いを楽しむ

「子どもの笑いに学ぶ人間学」



1. 講義日 6月20日(金)

2. 講師 こどもコンサルタント・日本笑い学会理事 原坂一郎氏

プロフィール: 25年間、神戸市で保育士として働く。(関西で初めての男性保育士)

どんな子どもも笑顔にする「スーパー保育士」と呼ばれる。

また、子どもの時から「怪獣博士」でもある。

<講義>

① 私が「笑い学会」で学んだこと

第1位:「美容と健康に笑いを」

～笑うと起こる7つのいいこと～

1. 免疫力が高まる(病気を防ぐ)・・・笑うとガン細胞を攻撃する免疫が発生する。
NK(ナチュラル・キラー)細胞がUP する。
2. 血流を促す(血液をサラサラにする)
3. 胃腸の働きが活発になる
4. 心身をリラックスさせる脳波α波が出る
5. 体をきれいにする酸素を2倍取り込む・・・腹式呼吸が酸素を多く取り込む。
6. 美容効果(ほうれい線予防他)
7. いい人間関係をつくる・・・よく笑う人は健康で、長生きで、人に好かれる。

心身の健康のためにも笑って過ごしましょう！

第2位:「笑顔は人のためにある」

笑顔は自分で見えない。人のためにある。

子どもは笑顔を見ると安心する。

第3位:「心と体によくない人とは付き合うな」

自分の健康のために離れておく

② 子どもに学んだトップ3

第1位:「自分の笑顔のもとはずぐそばに

・・・見つけよう、自分だけの地上の星」

子どもは与えられた環境の中に笑顔を見つける。

身近なところに素晴らしいものがあることに気づく。



第2位:「あれはあれ」の精神ですぐに仲良く

ポイントは何事もなかったように自分からスパッと切り替える。

第3位:「あいさつなしでも成り立つ人間関係」

…大人は挨拶する人を選んでいる。

③ 奥が深い子どもの笑い～子どもの笑顔はバロメーター～

1. 作り笑いがなく、愛想笑いがなく…嬉しい、楽しい、面白いを感じた時にのみ笑う
2. 笑う沸点が低い…ちょっとしたことやささやかなことで笑う
3. 好きな人と安心空間があればよく笑う



4. 自分を笑顔のしてくれる人を大好きになる。

子どもが笑っている時は、「今とても楽しい」「この人のことが好き」「ここは私にとって安心空間」という認識である。

④ 子どもを笑顔にする方法

1. 関わる(触れる、話す など)
2. 笑顔を見せる
3. 一緒に遊ぶ

<子どもが笑顔になる遊び～パフォーマンス～>

～みんなで遊ぼう～

講師とともに全員が子どもにかえり、パフォーマンスを楽しみました。

1. マジックハンド

- ・本が手にくっついた
- ・手から落ちない鉛筆
- ・手から落ちない紙コップ

2. 絵かき歌

・講師の絵かき歌に従って全員が、羊、潮吹きクジラ、ウルトラマンの絵を描いた

3. 紙一枚で広がる遊び

- ・ビリビリ破ろう
- ・フライングキャッチ
- ・紙相撲
- ・構成あそび
- ・ボールをつくろう
- ・ペーパーミット



子どもの笑いの話であったが、十分大人も思い当たり、大人にも通じる奥の深い講義でした。

(1 班広報担当)