

笑いで広がる新しい体験

- 1) 講義日 2026年5月8日(金)
- 2) テーマ 子どもの笑顔に学ぶ人間学
- 3) 講師 原坂一郎氏
(こどもコンサルタント、KANSAI こども研究所所長、日本笑い学会理事)



まずは、先生の自己紹介から始まりました。
関西で初めての男性保育士として25年勤務され、退職後は講演や執筆活動、テレビ出演など多方面で活躍されています。25年間受け持った子ども達をすべて覚えていて、それぞれの子どものエピソードを5つは言えるそうです。



続いてワークショップ、みんなで体と頭を動かします。

「準備ゼロ、いつでもどこでも出来る楽しい遊び」をテーマに、A4の紙を切って、空中に飛ばしてキャッチする、今度は丸めてキャッチ、二人一組になってボールを投げ合うなど、8つの“遊び”を体験しました。爆笑に次ぐ爆笑で、童心に帰って楽しみながら、反射神経や空間認知力、動体視力が鍛えられることを実感しました。

次は笑いの種類、“〇〇笑い”の〇〇に入る言葉は？

日本語は笑いの種類がたくさんあって、そのような言語は他に無いそうです。

そして、笑いがもたらす7つの効果について。

「免疫力アップ、血流を促す、胃腸の働きを助ける、心身をリラックスさせる、多くの酸素を取り込める、血糖値を下げる、美容効果」、データも交えての解説に納得です。



次に、保育士時代に感じた、“女性の世界の3大特徴”のお話…

①(とにかく) 気を遣う、②(一応) 謙虚、③言葉と心の声が違う。

これに対して男性は4K、危険なこと、汚いこと、奇妙なことをする、聞かない、だそうです。



最後に子どもから学ぶ「笑顔で生きる方法」

例えば、狭い園庭に小さなプールを置いて遊ばす。大人は、「狭くて子どもがギューギューだ」とかマイナス面を見てしまいがちですが、子どもは与えられた環境でひたすら楽しく遊ぶそうです。

今日の授業で印象に残ったことば

- ・よく笑う人は健康で長生き、そして人に好かれる
- ・笑顔は相手を幸せにする
- ・喧嘩しても“あれはあれ”の精神で仲直り
- ・“無いもの探し”をせず“あるもの満足”の人生を

笑っぱなし、そしてなるほどと思うお話をたくさん聞く事が出来て、あっという間の2時間でした。



午後からは、切り絵ミュージアムへ。切り絵体験を楽しんだあと、カフェコーナーでコーヒーを飲みながら談笑して帰りました。

(2班広報担当 K.T)