

講 演 「笑い与健康」 —人生は楽しく・美しく— アンケート結果

◆年齢・性別について

	男	女	男女不明	計
60歳未満	1人	0人	0人	1人
60歳代	3人	8人	1人	12人
70歳代	12人	41人	1人	54人
80歳代	10人	29人	3人	42人
90歳代以上	0人	3人	0人	3人
計	26人	81人	5人	112人

◆今日の講演会はいかがでしたか？

①よかった	②どちらでもない	③よくなかった	未記入
101人	0人	0人	11人

◆ご意見、ご感想など、ご自由にお書きください。

- ・難しい話 → ストレス → × 楽しい話 → 笑い → 健康 → ○
- ・本を購入しました。
- ・こんなにずっと楽しい講演会は初めてでした。頭の体操になりました。ありがとうございました。
- ・楽しい時間でした。笑いがいいのが分かりました。
- ・大変良かった。
- ・良かった。
- ・大変勉強になりました。楽しかったです。何回でも聞きたいです。
- ・このようにたくさん笑ったことはなかったです。楽しかったです。
- ・楽しかった。
- ・笑いがこんなに力があるとは知らなかった。今後は出来るだけ毎日の生活の中で笑いをとっています。
- ・久しぶりに大きな声を出して笑えました。ありがとうございました。
- ・笑いに笑いました。ありがとうございました。
- ・笑い与健康の話を聞いてストレスが発散した。
- ・60歳～75歳の会員の増を望みます。中井先生の講話（ユーモア、好奇心、協調性）大変おもしろかった。
- ・楽しかった
- ・昨年良かったですが、今回はそれ以上に楽しかったです。年1回ですが大変良かったです。
- ・おもしろかった

- ・大変参考になりました。
- ・色んなことを知れて良かったと思います。
- ・久しぶりに笑いの中の講演大変良かったです。
- ・久しぶりに笑いました。
- ・楽しく、お腹が痛くなるほど笑った。長生き出来そう。100歳目指して健康で生きたい。
- ・普段本当に笑うことの少ない社会（特に高齢者になると）今日はとてもいい笑いのお話を聞いて良かったです。
- ・笑えてとても良かったです。ハッハッハ 楽しい毎日を通じたいと思います。
- ・団会で会合したら補助があると聞きましたが一度聞きたいと思いますが、足の痛いばかりで集合できないので残念です。（研修会の意見）
- ・笑いの大切さを教えていただきました。
- ・ハイタッチ運動進めたいと思います。見る笑い、聞く笑い、読む笑い、（心からの笑い）実行したいと思います。
- ・思い切り笑えて考えさせられ、楽しむ事ができました。ありがとうございます。出来るだけ実行するようにいたします。
- ・楽しかったです。
- ・大変良かったです。
- ・初めて中井先生の講演を聞かせていただきましたが、最初から最後まで笑って過ごしました。
- ・大変楽しく、たくさん笑えました。朝、実行しようと思います。
- ・笑いが非常に大事なことが良く分かった。人間は「笑わなければいけない」ということが一番心に残った。
- ・少しダラダラ生きて来ましたが、楽しい時間でした。一人暮らしですがメリハリを持って楽しく生活していこうと思います。
- ・大変良かったです。楽しかったです。
- ・久しぶりに心の底から笑えた。とても楽しかった。
- ・こんな楽しいお話をありがとうございました。笑いのある1日を心がけます。
- ・大変良かったです。
- ・大変良かったです。先生のお話は日々不足の多い自分に勇気を与えてくれ心の底から笑えて明日から気持ちを入れ替えて見ようと自然に思えました。
- ・大変良かったです。楽しいことを思いながら過ごしていきたい。
- ・笑って楽しかったです。
- ・笑いのある生活に心がけていきたい。
- ・ストレス発散で大変おもしろかったです。笑うことの大切さを知らしていただき、今日参加出来たことが大変良かったです。楽しかったです。
- ・楽しい時間をいただきありがとうございました。
- ・とてもすばらしい講演でした。
- ・分かっているけど笑っていない。
- ・楽しかった。
- ・お話を聞いて、日常気を付けなければならないことに気付きました。
- ・楽しいこともたくさんあり、また、勉強にもなりました。
- ・楽しく色々勉強になりました。
- ・面白かった
- ・素晴らしかったです
- ・よい講演ありがとうございました。

- ・大変面白く話してくださいました。勉強になりました。
- ・大変楽しかった。また、聞きたいです。
- ・良い順をしましょう。ユーモア、笑いを忘れず、前向きに頑張りましょう。
- ・本当に楽しかったです。又、先生の話をもう一度聞きたいです。
- ・笑うことが大切なのが心に残りました。ハイタッチいつも出来るの良いです。
- ・笑いとお話のお話よかったです。
- ・またの機会を楽しみにしています。
- ・楽しく笑わせてもらいました。行政の話は少し分かりにくいと思った。
- ・ハイタッチ=すごい力を教えてくれてありがとう。家族、友達にハイタッチ運動します。
- ・とても楽しく聞かせていただきました。私は幸せです。金山時味噌も作り野菜も人に差し上げる分まで作っています。
- ・良く笑わせていただきました。
- ・笑うことの大切さ、とても楽しくなりました。
- ・中井先生の話とても良かった。

◆今後、講演会があれば、どのような話を聞いてみたいと思いますか？

- ・今日のような講演またしてほしいです。
- ・面白いお話がいいかと思えます。
- ・今日のような笑いの講演会は何回も聞いてみたいです。
- ・食事と健康
- ・この様な（笑いとお話）を中心とした話を聞きたい。来年度もお願いしたい。
- ・これからも笑える様な講演をお願いします。
- ・足腰が弱くなってきますので、予防や回復についてのお話など
- ・毎年笑いの話をお願いします。昨年の大道芸もよかったが今年もためになりました。
- ・交通事故（歩行者）防止について
- ・色々なことをしてほしいと思えます。
- ・楽しく笑いある話、または、健康に関する話
- ・やはり高齢者は健康・脳トレ・笑い（今日のような）などの話は一番いいです。
- ・高齢になれば健康が一番です。また、楽しくなるお話を聞きたいです。
- ・どんな話でもよろしい。笑いがよかったです。
- ・今後も楽しいお話がいいです。
- ・楽しいお話を聞きたい。
- ・来年も笑いをお願いします。
- ・また、笑いのお話がいいです。
- ・健康について
- ・また、来てください。
- ・また、笑いの講演をお願いいたします。
- ・楽しい話
- ・本日のように楽しい話
- ・食事についてお話が聞けたらと思います。
- ・落語
- ・おもしろいお話を聞きたいです。
- ・中井先生、また来てください。元気がでます。本日はありがとうございました。