

【教育学講座】

教育と笑い～笑いは最高の子育て～

NPO 法人健康笑い塾® 中井宏次

人間は人として生まれて、教育をうけて人間となる。(人+教育=人間)
教育には家庭教育、学校教育、社会教育の3つがあり、特に、心身と脳が一番発達する家庭教育、学校教育が重要である。それらを大きく担うのが、両親と学校の先生である。先生に「将来どんな子供が大きく成長すると思われますか」と質問すると、返ってくる答えは皆さん同じで「明るくて元気な子」と答えられる。PTAの会合で笑いの講演をしていると、お母さんから、「先生、うちの子どもは笑わないのですが、どうしたら笑いますか」と質問がある。笑わない子どもはいません。ただ、お父さんお母さんが笑わない家庭で育った子は笑いません。どうしたら笑うのか。無理やり顔で笑わなくても、こころで笑えば、脳で笑えば自然と顔が笑います。大切なことは「顔が笑う ところが笑う 脳が笑う」この循環です。今回、皆様にお薦めします「笑い」とは、娯楽番組などによる「笑わせてもらう」という受け身の「お笑い」ではなく、自ら笑う積極的な笑いです。自ら笑うことによって、体からエネルギーを放出し、索漠とした心に潤いが潤い、心が癒されます。笑うのが苦手だという方もいらっしゃるかもしれませんが、大丈夫です。必ず笑えます。笑えない人はいません。今回の講座で「笑い」の楽しさなどを実感して頂きますと、自然と笑うようになり、「学校(勉強)が楽しく・おもしろく」なります。今回の講演が、未来を担う人財育成のヒントになりましたら幸甚でございます。是非 一度ご笑味ください。

【講演概要(案)】

1. 家庭教育、学校教育に必要な3つのキーワード
2. 感動できる子、おもしろい子、幸せな子
3. 病気の3大原因
4. 笑いの効用 ① 健康力(ストレス快笑力、免疫力)
② 人間関係力(コミュニケーション力) ③ 創造力(右脳活性化)
5. どのように笑えばいいのか。
① 顔が笑う(笑顔体操) ② こころが笑う(しあわせとは、こころとは)
③ 脳が笑う(なぞなぞ、川柳を楽しむ)



以上