大会準備委員会企画公開シンポジウム

笑いと健康シンポジウムⅡ

笑いの社会的実践と日常的健康維持への応用

企画者　野澤孝司（目白大学人間学部）・福井　至（東京家政大学人文学部）
司会者　野澤孝司（目白大学人間学部）
話題提供者　立川らく朝（落語家／医師）
話題提供者　高田佳子（桜美林大学加齢・発達研究所・日本笑いヨガ協会代表・ケアリングクラウン研究会代表）
話題提供者　高橋カレン（笑いヨガティーチャー）
話題提供者　高西淳夫（早稲田大学理工学術院）
指定討論者　高柳和江（放送大学客員教授・文京学院大学客員教授・癒しの環境研究会代表・笑医塾-塾長）
実　演　者　たかまつなな（学生芸人）

従来の笑いやユーモアに対する一般的な関心は、笑いの一般的及び医学的効用や、笑いの心身両面に対する直接的・間接的作用といった主に科学的・学術的な側面に注意が向けられていた。しかし、笑いの健康及び医学的効果が仮に実証され、笑いが健康にとって非常に重要な役割を担っていると科学的に担保されたとしても、日常生活で実際に笑いを多く取り入れ、実践し、体験するという機会を増やさない限り、その実質的な効用はまったく期待できないことが考えられる。

そうした立場から、今回のシンポジウムは理論や研究に主眼をおいた学術的な形式ではなく、日常生活における笑いの実践的・体験的応用の側面に焦点を当て、個人及び社会全体として笑いをいかに日々の生活や日常の環境に取り入れ、笑いを実体験し、そして健康を維持・向上させていくかという社会的実践における笑いの意義と可能性に関して、さまざまな笑いの実践デモンストレーションを交えて議論するシンポジウムを提案したい。

具体的な話題提供の内容に関しては、企画者の個人的な観点から、笑いの日常的・社会的実践応用の実例として、３つの大きな時間的流れに当てはめてみて、それぞれの笑いの実践例を紹介していきたいと考えている。３つの時間的な流れというのは、「過去・現在・未来」という大きな時間軸のことであり、形式的な枠組みとしての時間的な観点から、それぞれ笑いを実践的に応用したり、普及されたりしている話題提供者に、体験可能な実演を交えながら話題を提供して頂く。

まず、「過去」の視点からの笑いの実践例として、日本の話芸文化として重要な伝統芸能の１つであり、古い時代から現在までその伝統が継承されている落語が挙げられる。本シンポジウムでは、落語家と医

師という２つの肩書きを持つ立川らく朝氏に、笑いの健康効果や医学的効果との関連に関して、「健康落語」実践の立場から話題を提供して頂く。

次に、「現在」における実践的な笑いの実例として、２つの点で現在的な視点に適う「笑いヨガ」について、高田佳子氏と高橋カレン氏に話題を提供して頂く。２つの現在性の視点とは、１つは現在の日本の社会生活おける実践的な笑いとして、笑いヨガは比較的普及が進んでおり、実践者数や団体数も増え続けていて、日常的な現在の生活にすでに密着しているという点での現在性である。もう１つの視点は、笑いヨガの持つその実践の手軽さという点である。笑いヨガはいつでもどこでも、今すぐにでも実践的に実行可能という速戦的な特徴を兼ね備えた実行性の高い笑いの実践方法であり、「今ここで」という至便性の側面からみた「現在」の視点である。

最後に、笑いの実践の「未来」について、現在すでに開発が進められている「笑いロボット」の将来像について、未来の健康増進テクノロジーの発展の意義と展望の観点から、ロボット工学の第一人者である高西淳夫氏に提案をして頂く。感情表出ロボットや、レクリエーションロボットといった人の精神的な健康生活にポジティブな影響を与える役割を持つであろう未来のロボット技術についても、今後の展望を概観して頂く予定である。

最後に笑いの未来テクノロジーの実例として、笑いを定量的に測定できる生体計測装置の実演を行う。学生芸人「たかまつなな」のお笑い演芸の公演中に、鑑賞者の笑い反応を測定機により計測し、その模様を観察する実演を予定している。