

参加無料

みんなで学ぼう！地域支え合い講演会

テーマ

笑いは万能薬 笑いヨガで健康づくり

日時

令和8年3月26日（木）13:00～15:10
（講演会 13:30～14:30）

会場

救急薬品市民交流プラザ1階ふれあいホール
射水市戸破4200番地11

講師

日本笑いヨガ協会
代表 高田 佳子



講師
プロフィール

株式会社アートランド 代表取締役、
一般社団法人笑いイノベーション学会代表理事、
早稲田大学 非常勤講師、日本応用老年学会 理事、
老年学修士、一級建築士
人が一生「笑顔」でいられる空間づくりがテーマ。1995年阪神淡路大震災で、笑えない人にこそ笑いが必要であると痛感し、医療・福祉の現場に笑いを運ぶケアリングクラウンの事業を始める。2009年、インドで笑いヨガを学ぶ。帰国後日本笑いヨガ協会を設立し、笑いヨガの指導者育成では、認定世界一の実績。その他、介護予防・認知症予防等の講演・研修等多数。



【展 示】

13:00～15:10

- ・笑いヨガ紹介
- ・地域の活動紹介

【健康チェック & 健康相談】

13:00～13:30、14:40～15:10

- ・健康相談
保健センター、射水市民病院
- ・健康チェック
協力：明治安田生命保険相互会社
（血管年齢測定、ベジチェック®、笑顔度測定）



▲申込はこちら

主催 射水市地域福祉課 問合せ先▶TEL：0766-51-6625

裏面もご覧ください▶

みんなで学ぼう！地域支え合い講演会 参加申込書



▲申込はこちら

日時 令和8年3月26日(木)
13:00~15:10

会場 救急薬品市民交流プラザ1階ふれあいホール
射水市戸破4200番地11

【健康相談】保健センター、射水市民病院

※健康相談&健康チェック 13:00~13:30、14:40~15:10

【健康チェック】協力：明治安田生命保険相互会社

血管年齢

センサーに指をのせるだけ！約20秒で測定できます！ご参加いただいた方には測定結果シートを差しあげます！



ベジチェック®

約20秒センサーに手をかざすだけで野菜摂取レベルと推定野菜摂取量がわかります！ご参加いただいた方には測定結果シートを差しあげます！



※ベジチェック®はカゴメ株式会社の登録商標です

笑顔度測定

WEBカメラに映った人物の笑顔を検出し、「笑顔度」を数値化します！笑顔になることで、ストレス軽減に効果が期待できます！



下記必要事項を記入の上、地域福祉課窓口に提出
又はFAX・メールにてお申込みください。右上の
二次元コードからも申込できます。

期限：3月19日(木)

FAX：(0766) 51-6657

射水市地域福祉課 地域包括ケア係 行

	参加者氏名	住所	電話番号
1			
2			
3			
4			
5			

申込み
問合せ先

射水市地域福祉課 地域包括ケア係

TEL：(0766)51-6625 / FAX：(0766)51-6657

E-mail：chiiki@city.imizu.lg.jp