



患者さんを希望に輝く笑顔にする医師

《笑い療法医》大募集

笑い療法医は、心からの感動と、心からの笑いで、
自己治癒力を高めることをサポートする医師。

安心・安全の環境での一言一言が患者さんから生きる意欲を引き出し、その人らしい生き方を取り戻し、自己治癒力が高まり、ふつふつと力が湧いてくる。笑い療法医はそんな患者さんを創る存在です。

■「笑い療法医」新設の趣旨

一般社団法人癒しの環境研究会では、医療・福祉分野での環境改善を30年、笑い療法士の育成を20年続け、認定した笑い療法士は1,000人を超えました。最近では、医療現場で「笑い」が免疫力を高めることもよく知られるようになってきました。

そして今、すでに笑い療法士資格を持つ医師の皆さんに、新たなメソッドを学んでいただき、厳正な審査に合格した方を、(社)癒しの環境研究会が「笑い療法医」と認定いたします。笑い療法医の研修メソッドは、ほほえみの太陽7か条として青森県や兵庫県で結果を20年間実践し効果が実証されたものを基礎とし医師向けに改定したものです。

医師で、ロングセラー「死にかたのコツ」作者の高柳和江が、その経験と実証されたノウハウで、治療に加えて患者の免疫力を高めるメソッドを伝授します。患者さんと、あなた自身のために、ぜひ一緒に、医療現場に笑い療法を浸透させていきましょう。

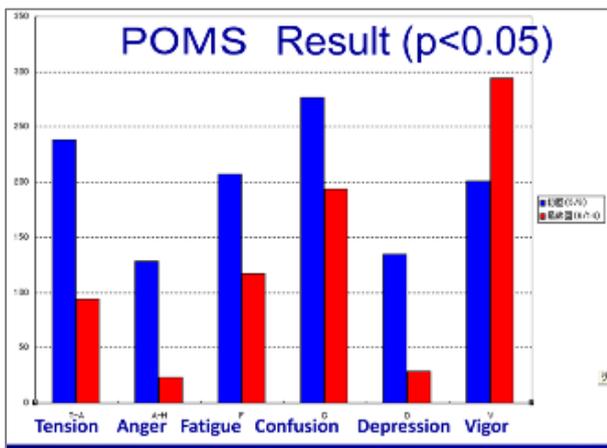
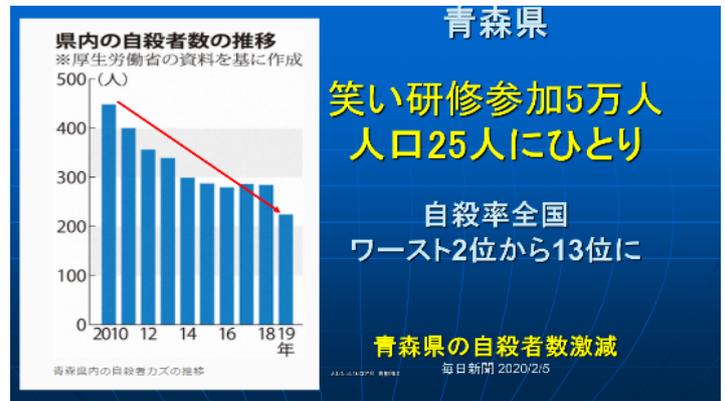
癒しの環境研究会理事長 高柳和江

■笑いの効果

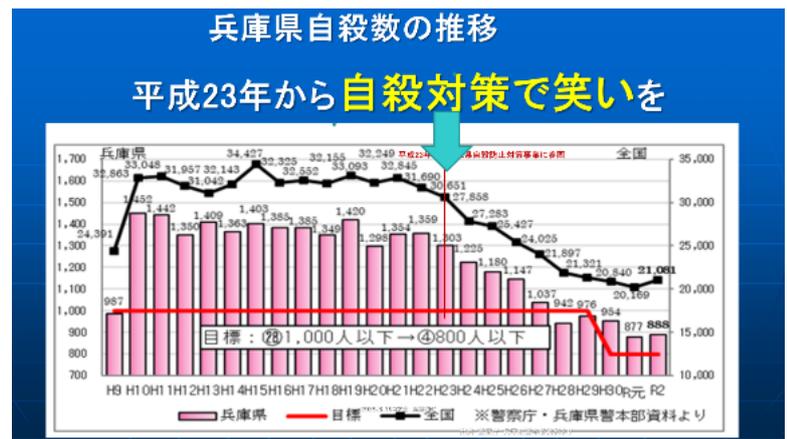
1) 青森県で「ほほえみ7か条」を教える

「ほほえみプロデュース」活動にて5万人以上の
県民に笑いの講習を実施、
自殺者がワースト2位から13位に
減少しました

2) 兵庫県での自殺防止対策として行なった講習で 緊張・うつ・疲労・混乱が減少し、活気が出ました



受講者の POMS 結果



自殺率の推移

■ 「笑い療法医」になって、医療で患者さんを笑顔にできれば、

1. 利他的で思いやりのある人間だと自分を見なせる
2. 自分で自分の人生をコントロールしている感覚が生まれる。
3. 自分が思いやりがあり、人の役に立てる価値ある人間だとの自尊心を持てる。
4. 自尊心が高い医師は、より共感性があり、他者をより信用し、協力的で、結果として、患者からも信用・協力される。



■ 「笑い療法医」になるには

●まず、笑い療法士になる：第20期笑い療法士認定講習を受講してください
→詳しくはHP ([URL:http://www.jshe.gr.jp](http://www.jshe.gr.jp))

お急ぎください！！ 締め切りは5月10日です。

応募資格：年齢・職業に制限はありません

- 1) 申請書を提出：申請書類をホームページからダウンロードして作成し事務局へメール送付（申請書・論文）
（受付期間：2025年3月1日～5月10日 ※書類審査料2,000円） ※郵送も可
- 2) 書類審査：笑い療法士認定評価委員会にて書類審査を行い、合否結果をメールで通知します。
- 3) 認定講習：書類審査に合格した方は下記の講習を受講していただきます。講習費25,000円
 - ①オンライン講習
日時：2025年6月28日（土）、29日（日）／方式：zoomによるオンライン
※応募者が多い場合、7月12日（土）・13日（日）にさせていただく場合があります。
 - ②論文の提出：講習を踏まえフォローアップ論文を提出いただき、認定員会にて認定の可否を審査します。
 - ③対面講習（スクーリング）
日時：2025年8月31日（日）／会場：日本医科大学（東京都文京区）
- 5) 認定発表会：第20回笑い療法士認定発表会にて認定発表、認定証の授与を行います。
日時：2025年10月13日（祝月）／Zoomによるオンライン／認定料10,000円

●次に、「笑い療法医コース」を受講する：詳しくは、笑い療法士認定後にご案内します

笑い療法士3級の資格を持った医師が申請書を提出して認定講習を受けます。

日時：2026年2月22日（日曜）-23日（祝月曜日）

会場：東京科学大学（旧東京医科歯科大学湯島キャンパス）

費用：受講費30,000円 認定料10,000円

申込方法：2025年8月に募集要項・申請用紙をホームページに掲載予定

2025年10月1日～応募書類受付開始予定

■詳細は、癒しの環境研究会事務局にお問い合わせください

〒158-0082 東京都世田谷区等々力2-21-6

一般社団法人癒しの環境研究会 事務局

TEL：03-6805-9921 / FAX：03-6805-9921 / Email：iyashinokankyo@gmail.com

URL：<http://www.jshe.gr.jp>

■(添付資料)笑いの効果論文

References:

1. Laughter education and the psycho-physical effects: introduction of smile-sun method

Kazue Takayanagi 1 Jpn Hosp. 2007 Dec;(26):31-5

Abstract

With the aim of reducing cases of bully and suicide, 34 core laughter producers and 179 laughter producers were educated using Smile-Sun Messages in Aomori Prefecture. The purpose of this paper is to explore the key to spontaneous laughter for further application to healthcare settings.

Method: Andragogy is the backbone idea. The author modified as seven tools such as sharing the objective, learning by heart, concentration, focusing on points, repetition, humor and evaluation. The contents of Smile-Sun Messages are as follows: 1. I love myself, 2. I love to make you happy, 3. I sympathize, 4. "Let's think of it this way", 5. Talk in P-N-P, 6. "I" message with eye-contact and love and 7. Thanks for all. There is no curriculum on how to laugh.

Results: Participants gained self confidence by having their good points praised by others. Their depression decreased. Spontaneous laughter arose from participants. They all improved physically in terms of appearance, posture and attitude. There are some reports of better fingering in piano playing in 2 ladies, pain relief in a patient with cancer and improved walking without using a stick for 2 ladies with rheumatoid arthritis and a limp due to an unknown cause.

Conclusion: Spontaneous laughter can be drawn when self-confidence is recognized. With Smile-Sun Messages in hospitals and healing environments, spontaneous laughter can be drawn from patients which will decrease their depression and help them recover rapidly from their illness.

2. A trial of improvement of immunity in cancer patients by laughter therapy. Sakai Y, Takayanagi K, Ohno M, Inose R, Fujiwara H. Jpn Hosp. 2013 Jul;(32):53-9. PMID: 23984543

3. Laughter education for the healthcare professionals at postgraduate course. Takayanagi K, Shimura T, Saito T. Jpn Hosp. 2009 Jul;(28):65-70. PMID: 21128512 N

4. Laughter education for implementation of the smile-sun method to promote natural healing in public and healthcare facilities. Takayanagi K, Shimura T, Iwabuchi K, Fujiwara H, Ohnishi J, Ishii K, Murakami K. Jpn Hosp. 2012 Jul;(31):57-61. PMID: 22988739

5. Let's Laugh to Cure Diseases. Takayanagi K. Jpn Hosp. 2015 Jul;(34):51-4. PMID: 26373187

A case of laughter therapy that helped improve advanced gastric cancer. Noji S, Takayanagi K. Jpn Hosp. 2010 Jul;(29):59-64. PMID: 21706962

6. Effect on self-esteem of workshop to induce laughter through praise.

Takayanagi K. Jpn Hosp. 2011 Jul;(30):61-5.