

笑い療法士（3級）応募要項

1. 笑い療法士とは

1) 笑い療法士の定義

笑い療法士とは、笑いをもって自己治癒力を高めることをサポートする人のことです。笑いは、人が幸せに生きることを支え、また病気の予防にもつながっていきます。そうした笑いをひきだすのが「笑い療法士」です。

2) 笑い療法士の認定

笑い療法士は、癒しの環境研究会が設ける笑い療法士認定評価委員会が認定します。

3) 笑い療法士の役割

認定を受けた人は、笑い療法士の名称を用いて、日常の場で笑い療法士の理念を実践していただきます。医療や福祉の現場で、また日常の場で「自己治癒力を高める笑い」を広げるムーブメントを起こし、その中心人物として活躍することが求められます。

4) 癒しの環境研究会との関わり

認定後は必ず癒しの環境研究会に入会していただきます。また、笑い療法士としての質を保つため、自己研鑽を続けることが義務づけられています。癒しの環境研究会はフォローアップ研修の実施などサポートを行います。

2. 応募できる人

応募資格は癒しの環境研究会の理念（資料3参照）に共鳴し、建設的な意見が言える人です。医療・福祉関係者（医師・看護師のほか、仕事で病院や施設に出入りしている人すべて）のほか、医療笑費者（患者さんを笑いで幸せにしている患者さん）やその家族、一般の方など。まわりの人々をワッハッハッと笑わせるだけでなく、「その人がいるだけで空気が変わる、社会が楽しくなる人」も対象といたします。

3. 認定を受けるまで

1) 応募書類を提出する

研究会から送られた書類（笑い療法士認定申請書等）に必要事項を記入の上、応募してください。

応募受付期間:2014年6月2日から6月30日まで(郵送に限る・当日消印有効)

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ます。熱意と癒しの環境研究会が求める笑いに対する理解が主に問われます。この結果は、**7月末までに**直接ご本人あてに郵送します。この受講審査を通過した方のみが笑い療法士認定講習に参加することができます。

※書類審査手数料として2000円を郵便局にて払い込み後、払込金受領証を切り取って笑い療法士認定申請書に貼り付けてください。払い込み料金は各自ご負担願います。

郵便局払い込み口座番号 00150-4-386791

加入者名 一般社団法人 癒しの環境研究会

金額 2000 円

3) 笑い療法士講習（2日間）を受ける

日 時： 2014年8月30日（土）、31日（日）の2日間。両日とも受講必須。

※8月30日：午前9時45分～午後6時、8月31日：午前9時～午後5時。

場 所：東京都内大学の講義室を予定しています。

講習費：20,000円（お振込み方法は受講者に直接お知らせします）。

※この講習を受けないと笑い療法士の認定資格は得られません。

4) 認定審査

書類審査、笑い療法士認定講習、およびその後の課題実践によって笑い療法士3級としての認定を決定いたします。

5) 認定発表

下記の日程で認定者発表・授与式を行います。できるかぎり多くのサポーターとともにご参加ください。この発表会を欠席されると認定されませんのでご注意ください。

日時：2014年10月4日（土）午後1時～午後5時頃 ※集合時間は午前11時30分

場所：都内（後程、お知らせします）**一般方がこの式及び発表会にだけ参加することも可能です。**

授与式参加費：10,000円（授与式参加費、認定料、セミナー費、認定証、会誌）すべて含む。

笑い療法士に認定された方は、癒しの環境研究会内で、一般C研修を受ける資格があります。

日時：2014年11月22日（土）午前9時～午後12時頃 ※集合時間は午前8時30分

場所：岡山旭東病院（全国大会開催）

研修費：3,000円

4. 応募方法

下記の書類をそろえ、「癒しの環境研究会 第10期笑い療法士認定申請係」あてにお送りください。

1) 笑い療法士認定申請書

本人自筆でお願いします（特別な事情のある方は事務局あてにご連絡ください）。

なお郵便局の払込金受領証を忘れずに貼り付けてください。

2) 課題作文（所定の用紙を使用）

3) 本人の笑顔写真（必須） ※認定証授与式等で公表してもよいものをお選びください。

ヨコ4.5cm×タテ5.5cmの大きさに、胸から上が写っているもの。顔がはっきりわかる鮮やかなカラー写真（最近のもの）を申請書に貼り付けてください。

【応募書類の送り方】

お送りした応募用封筒に下記を折りたたまずに同封のうえ（差出人住所・氏名を明記）、郵送してください。郵送のみ受け付けます。本人持参は受理しません。宅配便・書留は不可。

※応募書類は返却できません。大切なものはコピーをおとりください。

※書類はホチキス留めをしないでください。

1. 笑い療法士認定応募書類一式（上記4.のもの）。
2. 定型サイズの封筒（82円切手を貼り、あて名に応募者の住所・郵便番号・氏名を記入）
※書類審査結果通知用として使います。
※定型サイズ：タテ23.5cm、ヨコ12cmまでの長方形の封筒を使ってください。

応募書類の送り先：〒101-0024 東京都千代田区神田和泉町2-6 今川ビル802
癒しの環境研究会 第10期笑い療法士認定申請係 あて

笑い療法士の理念*

笑い療法士認定評価委員長 山崎陽子
癒しの環境研究会代表世話人 高柳和江

笑い療法士は癒しの環境の理念から生まれた。

笑い療法士認定・育成の目的は病気や障害をもつても、心を病んでも、人々が幸せに生きることができる社会環境をつくりだすことである。

そこにいるだけでほっとして元気になる。これが癒しの環境の基本だ。落ち着いた環境でその人らしい生き方を取り戻せば、ふつふつと自分の力が湧いてくる。患者さんがどんなに落ち込んでも、自己治癒力が高まるこうした環境を提供しなければいけない。この理念から、笑いによって自己治癒力を高める笑い療法士の活動が始まったのである。

患者さんやストレスをたくさん抱えている人は、笑おうと思ってもなかなか笑えない。それを引き出すのが笑い療法士である。特別な療法があるわけではない。笑い療法士のメソッドは、各自が相手と心の交流をするなかで模索していく。ここで重要なことは、たんに援助の手をさしのべるのではなく、その人自身の生きる力を引き出すサポートにつながっているかどうかである。

その人といると、いつのまにか笑っている——。笑い療法士とは、笑いの感染力が強い人のことである。そのような人を、社会にどんどん送り出していきたい。

資格水準

資格区分の定義を下記のように定める。認定は3年間有効とする。

- 3級：笑い療法士の理念を理解し、熱意のある人。
- 2級：笑い療法士として十分な実績をもつ人。
- 1級：笑い療法士として社会に貢献し、とくにすぐれた実績があると認められた人。

活動の基本

- ・日常の場で笑いを感染させる。
- ・認定後も質を保つための研鑽が義務づけられる。
- ・笑い療法士の活動状況はフォローアップ報告書などにより報告する。

◆笑い療法士は患者さんやまわりの人々の自然な笑いが「引きだされる」環境・状況をつくりだすことを第一義とするものであって、演技・扮装・パフォーマンス行為等によって笑いを一方的に提供するだけの「お笑い療法士」であってはならない。

笑い療法士の条件（3級認定者）

- ・患者さんの心理及び安全を理解している
- ・笑いを感染させる力が強い
- ・とくに場所を選ばなくてできる
- ・パフォーマンスは必ずしも必要ない
- ・とくにグッズを必要としない

資料2.

■笑い療法士とはなにか

癒しの環境研究会代表世話人 高柳和江

とにかく癒しといえ、途端にモーツァルトの音楽であったり、リラックスとか緑の安らぎとかいう話になる。もちろんそれもいいが、元気になるというのも癒しだ。痛くないこと、苦痛をなくすことが医療の本分であるなら、患者さんでも笑いたい。あたりまえのことではないか。

笑いには、微笑から大声を上げて呵呵大笑するまで、いろいろなレベルがある。免疫を高めるには、ガハハと、大声で笑う必要があるといわれている。でも、面白い格好をして、パフォーマンスでみんなを笑わせようとするのを見て笑うのは、もともと笑いたいと思っている元気な人だ。しかし、多くの患者さんは苦しみを抱えていて、笑おうと思っても笑う状況にない。そういう人たちが本当に心から笑えるような場と空気を提供するのが本当の医療提供者であり、福祉のケアをする方だと思っている。

笑い療法士候補者の中にはがん患者さんもいた。彼女が言った。「普段は、包丁で刺されるみたいに、あちこちが痛い。だけど、認定講習会のあの2日間は不思議なことにちっとも痛くなかった。終わってから、また包丁で刺されるような痛みが戻ってきました」。私は、笑いが足りない、修行が足りん、もっと笑えと指示書を出して彼女を見守っている。笑いで患者さんの痛みが消えるだけではない。医師や看護師も、患者さんの心を一生懸命に聴き、ともに笑い、自分の生き方までが変わったという人がたくさんいる。それぞれに生きる喜びが深くなったというか、とにかく笑い療法士となった人はみな、人生がなにか変わるのだ。

もちろん患者さんすべてが、笑いを必要としているとは思っていない。コミュニケーションをとりたいと思っているとも限らない。でも、一緒にいても安心と思ってもらえることで、コミュニケーションの第一歩は始まる。まず、一緒に存在してもよいと患者さんに思ってもらえることが重要である。基本は、あなたのことが好きよ、というテレパシーをそっと送ることかもしれない。人間の口とは、唇とは、なんてチャーミングな器官だろう。ニコッと笑うと、「あなたのことを愛しているわよ」というウェイブを送ることができる。あたたかな微笑みも、げらげら笑いも、人を支える力をもっている。

ただし、笑いならなんでもいいわけではない。痛みを増やす笑いがある。テレビで見のお笑い芸人さんたちは突っ込み役が相方をたたいたり、いじめたりする。患者さんは、それを見ただけで胸が痛むのだ。笑えない。赤の他人をおとしめたりするのも痛みが増える。夫や妻の悪口は、話をしている本人の人間性を疑わせ、聞き手の気分が悪くなる。個人攻撃も、自虐ネタもだめである。もちろん患者さんや病気のことをネタにしてはいけない。癒しの環境研究会の笑い療法士は、決して「お笑い療法士」ではない。

私は癒しの環境として五つの項目をあげている。「安全」「リラックス」「効率」「元気になる」「生きる喜び」がそれであるが、これは笑いでも同じことである。人間としての尊厳が守られていることを実感して、もう大丈夫、安全だと感じることなしに人は笑えない。笑い療法士とは、「患者さんひとりひとりの生きる力を心から尊重し、そのことによって笑いを感染させよう人」のことなのである。それが生きがいになる。

笑い療法士がもっともって増えて、日本中で100人に1人が笑い療法士になったら、日本の国も明るくなることだろう。