

知って 笑って 大健康

健康漫談

NPO法人
楽しいこと
やら座

健康漫談ってなに？

日頃の健康維持(生活習慣や食生活)について面白おかしく話します

健康漫談の中身は？

- ・季節の病気 春 花粉症 夏 熱中症 秋 冷え性 冬 乾燥肌等 *様々なバリエーションあり
- ・三大疾病(がん、脳卒中、心筋梗塞)の話
- ・その他(呼吸、ダイエット、サプリメント等)
- ・健康料理(ねばり三兄弟、焼きバナナ等)
- ・健康体操・健康小唄など

40分から80分の範囲で口演します

そっちが心配 画:佐野 智秋



「40分笑い転げた」「勉強になった」聴講したみなさんの感想です。

「もう、おかしくて楽しくて2分に1回は笑いましたね。笑いじわがでちゃいましたよ。落語風や啖呵売風など構成が工夫されていて感心しました」 (70歳代・女性)

「難しい話だと嫌だなと思ってたけど、クイズから入ったので引き込まれて、50分があっという間だったナ」 (75歳・男性)

「健康漫談は、他の行事の間に組まれていたので、もう疲れていて帰ろうかと考えていた。ところがものすごく面白くてためになる話だったので最後まで居た」 (80歳代・女性)

「割り箸を口にくわえてやる笑顔トレーニングがよかった」 (20歳代・女性)

暗い時代だからこそ
笑いで開運!!



「笑い」にはこんな効果があります!

- ガン細胞を破壊する、ナチュラルキラー(NK)細胞を活性化させます
- つくり笑いをするだけでも効果があります
- 笑いに満ちた生活は免疫力をアップさせます

日本初! 開運・健康漫談家 佐野 貢 健康漫談協会会長 衛生管理者・調理師

1942 静岡県富士宮市生まれ。みずがめ座のB型

2001 人材派遣会社の採用部長兼衛生管理者に就任。健康の大切さと体調管理を訴えるため「健康漫談」を開始。

2009 『健康漫談協会』を創設。健康漫談口演と健康漫談家養成講座を展開。

●●● 収益金の一部を難病団体に寄付します ●●●