

# 日本笑い学会信州支部 第5回笑楽校

## 日本笑い学会信州支部講演会

### 池田信子さん「ラフター(笑い) ヨガ」

日時：平成25年7月7日（日） 13：30～15:00（開場13:00）

場所：松本市吉野4-1 なんなんひろば南部公民館（視聴覚室）

参加費：資料代500円（小学生以下無料）

※駐車場に限りがあります。

#### 講師プロフィール:

池田信子氏：2011年 インド バンガロールにてラフターヨガ（笑いヨガ）認定ティーチャーの資格を取得。松本市・長野市を中心に長野県内外にて笑いヨガの講座、笑いの効用、色彩心理を取り入れたストレスケア・コミュニケーションなど講師を務める。

松本市各地区福祉ひろば、長野市かがやきひろば、自治体主催健康教室、認知症・介護予防教室、各地区シニア大学・公民館・老人福祉センター、各社会福祉協議会、各教育委員会親子レクリエーション・JA・デイサービス・高齢者介護施設、企業職員研修・学校教員研修、ストレスケアセミナー、コミュニケーション・セミナー、熟年大学同期会ほかサークル・研修会など多数。

ラフターヨガ（笑いヨガ）認定リーダー養成講座を長野市・松本市にて定期開催。

信州松本ラフターヨガクラブ・信州長野ラフターヨガクラブ主宰

ヨークカルチャーセンター長野 笑いヨガ講座講師。長野市・松本市・安曇野市生涯学習指導者、データバンク登録。カラータイプ・インストラクター協会認定講師。日本笑い学会笑いの講師団。

お問い合わせ：日本笑い学会信州支部事務局 田中高政

Tel:0267-68-6680(佐久大学代表) Fax:026-273-0376 E-mail:tanakat@saku.ac.jp