

# エド・はるみさん×前野隆司先生とワークショップ 【笑いとお幸せのつくり方】

講師

慶應義塾大学大学院システムデ  
ザイン・マネジメント研究科教授

前野 隆司 Takashi Maeno

(株)よしもとクリエイティブ・  
エージェンシー

エド・はるみ Harumi Edo



## 「笑い」と「幸せ」にあふれた日常をつくる

皆さんは、「笑い」の効果を上手に使っていますか? 「笑い」は人間だけが持つ特権、表現方法です。自分も相手も楽しくなるプラスの笑い、誰かの失敗を笑うようなマイナスの笑いの両方の意味合いがありますが、意思の疎通を図り、人間関係に影響を及ぼす手段の一つであることは間違いありません。特に、プラスの笑いは周りの人を幸せにし、円滑な人間関係をつくることに大きな効果を発揮します。まさに人生の潤滑油なのです。

本講座では「笑い」と「幸せ」それぞれのメカニズムを明らかにするとともに、これまでの自分を振り返り、日々の生活の中に「笑い」と「幸せ」をつくりだしていきます。さまざまな人と関わり合い、コミュニケーションの楽しさと表現の豊かな可能性を味わいながら、より幸せな人生を探し求めていきましょう。

前野隆司 エド・はるみ

5/15 日

第1回

10:00～13:00

笑いとお幸せは  
どうつながっているの?

よく笑う人は病気になりにくく、長生きし、人間関係も良好で、たくさんの幸せを運んでくれると言われる。では、「笑い」と「幸せ」にはどのようなつながりがあるのでしょうか。前野先生の掲げる「幸せの4つの因子」を理解し、エドさんが探究する「笑い」との関係性を、エドさんと前野先生の講義とワークで考えます。(前野・エド)

5/22 日

第2回

10:00～13:00

前野隆司式幸せ力向上法  
～ハッピーワークショップ～

「幸せの4つの因子」にもとづいて、感謝していること、楽観的になれないことや自分らしくできないことから自分を見つめ直します。ワークやチームでのロールプレイを通じて、笑顔で幸せについて学び、幸せ力を高めていきます。(前野)

5/29 日

第3回

10:00～13:00

エド・はるみ式発想法  
～笑いのメカニズムとその効用～

なぜ「笑い」が起きるのか? 自分も相手も楽しくなるような「プラスの笑い」のメカニズムを紐解き、それをより意識的に生活に取り入れることで、どのようなプラスの感情の変化を見込めるかを、実際に体感してみましょう。(エド)

6/12 日

第4回

10:00～13:00

エド・はるみ式伝達法  
～その思い、伝えてありますか?～

相手に伝えるべき思い、感謝、伝達事項は、本当に伝わっていますか? 伝えてありますか? 「言わなくても分かる」・「伝わっているはず」と勝手に思い込んでいませんか? 意思を伝える手段をあらためて見直し、考え、実践していきます。あわせて、より明るい人間関係を築けるヒントをご紹介します。(エド)

6/26 日

第5回

10:00～13:00

エド・はるみ式表現法  
～笑顔や笑いをもたらすもの～

伝える相手を認識し、伝える事項や思いを「形」にする。そしてその「形」を「笑顔」や「笑い」で表現してみると、相手と自分との間にどんな波動が起き、自分の心にどんな変化が起こるのかを体感します。(エド)

7/10 日

第6回

10:00～13:00

発表会  
～笑いで幸せをつくりだそう～

講座の総まとめとして発表会を行います。「先に感情があってそれを表現する」だけでなく、「とにかく表現することで感情が動く」ことも実感してみましょう。表現方法は問いません。きっと新たな気づき、新たな自分に出会えることでしょう。(前野・エド)

## 「笑い」と「工学」の 異色のコラボレーション

「グー！」で大ブレイクしたエド・はるみさんと、人間の心のメカニズムを学問的に解き明かした「幸福学」の研究、ハッピーワークショップの開発で著名な前野先生のコラボレーション。最終回は「笑い」と「幸せ」の創作発表会を開催します。

## 開 催 概 要

|             |  |
|-------------|--|
| 日 程         | 2016年 5/15、5/22、5/29、6/12、6/26、7/10<br>(すべて日曜日)            |
| 回 数         | 6回   |
| 時 間         | 10:00-13:00 (3時間)  |
| 定 員         | 25名  |
| 会 場         | 慶應丸の内シティキャンパス  |
| 参加費         | 108,000円(消費税8%込)   |
| お勧め<br>したい方 | ・コミュニケーション能力、自己表現力を高めたい方<br>・自分自身と向き合い、より幸せな生活・人生を見つけ出したい方 |

## 講 師 プ ロ フ ィ ー ル

### 前野隆司(まえの たかし)【第1回、第2回、第6回登壇】

1962年山口市生まれ。1984年東京工業大学工学部機械工学科卒業。1986年東京工業大学理工学研究科機械工学専攻修士課程修了、同年キヤノン(株)入社。1993年博士(工学)学位取得(東京工業大学)。1995年慶應義塾大学理工学部専任講師、同助教授、同教授を経て2008年よりSDM研究科教授。2011年4月よりSDM研究科委員長。この間、1990年-1992年カリフォルニア大学パークレー校Visiting Industrial Fellow、2001年ハーバード大学Visiting Professor。

#### ●主な著書

『幸せのメカニズム 実践・幸福学入門』(講談社現代新書)、『幸せの日本論 日本人という謎を解く』(角川新書)

### エド・はるみ(えど・はるみ)【第1回、第3回、第4回、第5回、第6回登壇】

東京都生まれ。明治大学文学部卒業後、渡辺謙や岸田今日子を輩出した劇団『円』の研究生に。女優活動を約20年間続けた後、2005年吉本興業の養成所「NSC東京」に入学。2006年に卒業しデビュー。2008年「24時間テレビ 愛は地球を救う」(日本テレビ)のマラソンランナーに選ばれ、持ちネタである「グー！」が「2008ユーキャン新語・流行語大賞」の年間大賞を受賞するなど大ブレイク。2016年4月慶應義塾大学大学院に入学予定。

#### ●主な著書

『成人式は二度終えております』(ヨシモトブックス)、『30日で人生を変えるマナーの本』(ジヨルダンブックス)

## FAX申込書 FAX 03-5220-3129

### 必要事項をご記入の上、FAXにて送信して下さい。

※お申し込みの際は末尾のキャンセル規定・諸注意を必ずお読み下さい。本申込書の受領をもって、その内容を承諾いただいたものと見なします。

### インターネットでのお申し込みは

<http://www.sekigaku-agora.net/>

### 参加者

|               |  |   |
|---------------|--|---|
| 講座名           | <input type="checkbox"/> agoraメンバーシップに申し込む                                       |   |
| 会社・団体名        |  |   |
| 所属            |  |   |
| フリガナ          |  |   |
| 氏名            |  |   |
| 住所<br>(資料送付先) | <input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> 勤務先 (いずれかにチェックを入れて下さい)<br>〒 |   |
| TEL           | -  | - |
| FAX           | -  | - |
| e-mail        |  |   |

#### ■キャンセル規定・諸注意

キャンセルのお申し出をされた場合、下記規定に基づいてキャンセル料をお支払いいただきます。いかなる場合も、参加費のお支払いのないことをもってキャンセルとはみなしません。キャンセルの際は必ずご連絡下さい。◆開講28日前まで：キャンセル料は発生しません。◆開講27日～21日前まで：参加費の30%をキャンセル料としてお支払いいただきます。◆開講20日～14日前まで：参加費の50%をキャンセル料としてお支払いいただきます。◆開講13日前以内：参加費の全額をキャンセル料としてお支払いいただきます。ただし、当方の都合で開催を中止する場合は全額返金いたします。また、お申し込み日を含む8日間以内にキャンセルのご連絡をいただいた場合は、開講までの日数にかかわらずキャンセル料は発生しません。

#### 個人情報の取扱いについて(必ずお読みください)

ご参加のお申し込みにあたり、お客様から氏名、住所等の個人情報のご提出をお願いしております。以下のサイトをご確認の上、ご同意いただける場合のみ、個人情報のご提出をお願いします。また、お申し込みをもって下記にご同意いただいたものとみなします。  
<https://www.keiomcc.com/privacy.html>  
なお、Webを見ることができない場合、または上記に関するご質問等ございましたら、右記までお問い合わせください。

### 支払方法

|      |   |
|------|---|
| 支払名義 | <input type="checkbox"/> 個人<br><input type="checkbox"/> 法人                      |
| 支払方法 | <input type="checkbox"/> 銀行振込(振込手数料ご負担下さい)<br><input type="checkbox"/> クレジットカード |

### 割引制度(個人申込のみ)

|  |
|--|
| <input type="checkbox"/> 複数申込割引<br>この欄に他講座を記入して下さい<br>[ ]<br><input type="checkbox"/> 継続受講割引<br><input type="checkbox"/> 慶應カード割引 |
|--|

#### ■割引制度(個人)

【複数申込割引】…一度に複数の講座へお申し込みされる場合、参加費を最大20%割引いたします。慶應MCCで開催する「知的基盤能力プログラム」や「先端・専門プログラム」との組み合わせも対象となります。(「夕学五十講」を除く。)  
◆20%割引：108,000円(税込)以上の、「agora」および「知的基盤能力プログラム」を複数同時に申し込んだ場合  
◆10%割引：上記以外の講座・プログラムを複数同時に申し込んだ場合  
【継続受講割引】…過去慶應MCCの講座・プログラムに参加し、終了日より1年以内にお申し込みをされた場合、参加費を10%割引いたします。(「夕学五十講」を除く。)  
過去に法人名義で参加された方も、個人で申し込む場合は対象となります。  
【慶應カード割引】…慶應カード会員の方が個人でお支払いいただく場合に限り、参加費を10%割引いたします。慶應カードとは、慶應義塾とクレジットカード会社との提携クレジットカードです。塾員・教職員および学生を対象としています。

#### ■割引制度(法人)

「agora」およびビジネスプログラムへ一度に5名以上派遣される場合、合計人数に応じて参加費を割引いたします。(「夕学五十講」を除く。)詳しくは下記までお問い合わせ下さい。 ※一部適用されない場合がございます。

### 〈お問い合わせ先〉

東京都千代田区丸の内2-5-2  
三菱ビル10階 株式会社慶應義塾学術事業会 TEL:03-5220-3111  
E-mail:info@keiomcc.com

今後慶應MCCより各種情報をご案内させていただきます。ご不要の方は右記にチェックをお願いします。