



～ユーモア・スピーチの会八王子～



今回は、「ユーモア・スピーチの会 八王子」を特集します。

皆さん、最近笑っていますか？

「ユーモア」とは、人の心を和ませながら（誰かを傷つけたりすることなく）笑いをとること。

そんなユーモアに触れながらたくさん笑うことが、毎日を健康で明るく過ごすことにつながります。

皆さんの暮らしにも、笑いを取り入れてみませんか？

【写真】

- ・上段：笑顔で集う毎月の例会。
- ・下段左：笑いと共に熱気に包まれた「笑いの集い」観覧席のようす。
- ・下段右：ときにはアウトドアも。会員で奥多摩へハイキングに出かけました。

2023年3月11日 アクティブ市民塾195

「笑いの大研究 ユーモアあふれる話し方 伝授します

暮らしに笑いを！」

記録映像を視聴いただけます

私たち市民活動支援センターが主催となり、2023年3月11日(土)にまち・なかギャラリーホールで開催した、アクティブ市民塾「笑いの大研究 暮らしに笑いを！」の記録映像を、八王子市市民活動支援センターのYouTubeチャンネルでご視聴いただけます。

右のQRコードをスマートフォンやタブレット端末のカメラで読み取っていただくか、パソコン上で以下のURLにアクセスいただくことで視聴可能です。(インターネットへの接続が必要となります)ぜひ、雰囲気を感じ取ってみてください。

<https://youtu.be/24ftJFmIMD8>

視聴は
こちらから！



笑いの大研究
 ユーモアあふれる話し方 伝授します
 暮らしに笑いを！

アクティブ市民塾 195

日時 2023年 3月11日(土)
 14:00～15:40 (受付開始 13:40)

会場 まち・なかギャラリーホール
 八王子市中町12-11-1 まち・なか2階

講師 ユーモア・スピーチの会 八王子
ユーモアのある会話を習得し、会社や家庭、親戚を明るく笑顔にさせることを目指して、会員が笑いを持ち寄り、互いに励まし合っている八王子市民活動支援センターの講座です。

定員 30名 (申込先着順)

対象 どなたでも

参加費 無料

プログラム 会の活動紹介と会員による
 スピーチ実演 (詳細裏面)

お申込み・問い合わせ
・インターネット：お申込みコードまたはホームページより
<https://www.activecitizen-hachioji.org/>
 ・メール：npd02@activecitizen-hachioji.org
 ・Fax: 042-646-1567 (事務局の受付時間内にご相談ください)

主催：八王子市市民活動支援センター
〒192-0003 八王子市南町12-1 アプル 402号室
 メール：npd02@activecitizen-hachioji.org
 TEL: 042-646-1577

「笑うことで、人は幸せになる」



▲3月11日(土)にまち・なかギャラリーホール（八王子市中町）で開催された「笑いの大研究 暮らしに笑いを！」のようす。

「一日一笑」「一笑一若」

これらは「ユーモア・スピーチの会 八王子」が創った会のモットーとなる四字熟語です。同会は市民へのユーモア啓発活動を目指し、2007年3月に設立されました。きっかけは同年2月に八王子生涯学習コーディネーター会が主催した市民講座「笑いの大研究」。この講座に参加した受講生の有志20名で立ち上げました。すぐにユーモア共和国（現在、首都圏5地域で組織）にも加盟し、10年には第1回首都圏ユーモアサミットを八王子に招致しました。

アウトドア活動も盛んで、コロナ前には高尾山や奥多摩へのハイキング、昇仙峡散策旅行や近場での懇親会などを催し、交流を深めました。また2011年8月には『笑いの大事典』を編集、発行しました。この事典は会員有志が一年かけて笑いに関するあらゆる情報を収集して仕上げたもので、会の主宰者・進藤丕（はじめ）さん(80)は「笑いのバイブルとして活用しています」。

今年3月には改訂版『笑いの笑辞典』としてA5版の小冊子にし、再発行しました」と、その内容に自信をのぞかせます。辞典の中では「人生でもっとも無駄な日は、一度も笑わなかった日だ」（チャップリン）、「笑って暮らすも一生、泣いて暮らすも一生」（ドイツ）、「泣いて生まれて、泣かれて死ぬ、生きている間は笑おう」（アニマル浜口）など、示唆に富んだ「格言」の数々が紹介されています。

コロナ禍で活動が停滞した時期もありましたが、それを乗り越え、3月11日(土)は市民活動支援センターアクティブ市民塾「笑いの大研究 暮らしに笑いを!」を、まち・なかギャラリーホール（八王子市中町）で開催（前ページ参照）。定員30名ほぼ満員で多くの笑いを市民に届けました。マジックや笑いの小咄、笑い筋トレや体験スピーチなど内容もりだくさん。「なぞかけの作り方」では、同音異義語からオチを決めるコツをミニ講習。「鉛筆とかけて何と解く?」を例に挙げ、鉛筆→書けるもの→掛ける、欠ける、賭ける、架ける、駆けるなどの連想から、「ハンガーと解く。その心は、どちらもかけます」などと、なぞかけの手ほどきを行いました。講座では「幸福だから笑うのではなく、笑うから幸せになる」と、笑いの哲学を披露。受講した人たちも「なるほど」と、目からウロコだったようです。

進藤さんは「笑いの効能は、何と言っても心が活性化するという事に尽きると思います。私たちは受け身の笑いではなく、人を笑わせることを目標にしています。ユーモアには求心力があり、会発足から16年になりますが、今まででのべ約100人の方が入会して活動に参加してくれました」。定例会では3分間のエピソードトークのトレーニングを行い、「入会して笑いのコツを覚え、夫婦の会話が増えました」と、会員からうれしい報告を受けるそうです。「人と人との出会いで縁が続き、この会は私自身の大切な居場所です」と明かす進藤さんは、「今後の展望としては、次期を担う後継者を作っていきたい」と結びました。



「ユーモア・スピーチの会八王子」代表 進藤 丕さん

▲ユーモアとは「おかしみ」。しかしそこには、活動を通じて重ねられた笑いに関する研究から滲み出る「深み」がある。

ユーモア・スピーチの会 八王子



- 活動目的：ユーモアのある会話を習熟し、会員とその家庭、職場の雰囲気をも明るく活性化させる。活動を通じて会員相互の連帯感を育み、アットホームな雰囲気を心がける。
- 活動内容：① 月例会（毎月第4土曜日午後）
② 笑いの集いイン八王子の開催（毎年8月8日）
③ 笑いの大事典発行（毎年8月）
④ ハイキングなどの行事を実施（5月、10月）
- 設立年月日：2007年3月24日
- 会員数：22名（男性10名、女性12名）
- 費用：年会費1000円、運営費1回500円
- 活動時間帯：毎月第4土曜日の15:00~17:00
- お問い合わせ先：shindoh62@yahoo.co.jp（担当：進藤）



法被(はっぴ)の後ろ姿もきまっています



新しいスタッフが加わりました

あめみや

初めまして、雨宮達也です。

趣味はカメラと料理と旅行です。時間も場所もありこだわらず、一人で出かけて気ままに気に入った風景をパチリと切り取る時が好きです。八王子の皆さんに精一杯お手伝いさせていただきます。



支援講座

5月19日(金) 14:00～ 参加無料 定員12名 5/2(火)受付開始
八王子市市民活動支援センター 活性化スペース

市民活動に役立つ

Canvaをつかった簡単チラシの作り方

ステキなカラーのチラシが作れます。



◀ 申込みはホームページをご覧ください



センター 一日出張

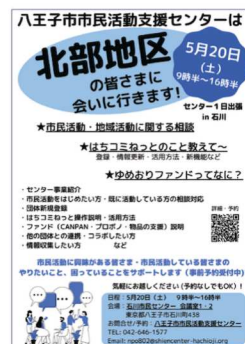
5月20日(土) 9:30～16:30 お気軽にご参加ください！
石川市民センター 会議室1・2



北部地区の皆さまに会いに行きます！

市民活動支援センター紹介・地域活動に関する相談・
はちコミねっと操作説明・意見交換・交流などできます！

◀ 詳しくはホームページをご覧ください



アクティブ 市民塾

5月30日(火) 13:00～14:30 定員 10名 5/1(月) 受付開始
まほうのほうき Yottette(よってって)



手作り地域サロンの訪問ツアー

居場所づくりに興味のある方・その他どなたでもご参加
ください。

◀ 申込みはホームページをご覧ください



支援講座

6月2日(金) 初級 14:00～15:30 中級 15:00～16:30
定員：各6名(抽選) 申込締切日：5/25(木)



いまさら聞けない Zoom 講座

初級・中級に分かれて対応します。

自分のPCをお持ちください。

◀ 申込みはホームページをご覧ください



予告

ホームページ作成講座

団体のホームページをつくりたい方、必見です。

6月18日(日)・7月2日(日) 八王子市市民活動支援センター



八王子市市民活動支援センター
 ☎042・646・1577 Fax 042・646・1587
 〒192-0083 八王子市旭町12番1号ファルマ802ビル5階
 npo802@shiencenter-hachioji.org

https://www.shiencenter-hachioji.org/
 八王子市市民活動支援センター「はちコミねっと」
 http://hachikomi.genki365.net/

開館時間 10時～21時 日・祝は17時まで
 休館日 月曜日 祝日の場合は翌火曜日
 指定管理者 特定非営利活動法人八王子市市民活動協議会



NPO・市民活動イベント情報

詳細は、各団体にお問合せいただくか、はちコミねっとのサイトをご覧ください
 (参加費=参、定員=定、対象=対)

名称	日時	場所	内容	主催	申込先	備考
八王子保活カフェ (2023 年度 第 1 部)	5/19(金) 10:00 ～11:30	ZOOM オンライン開催	保育園申込み&復職について語りましょう。 先輩ママ・パパによる保育園探し(保活)の座談会イベントです。	Kosodate802 (コソダテ ハチマルニ) 	QR コードから 申し込み	参：無料 定：20 名
子どもの日 母の日 父の日 オリジナル T-シャツ ワークショップ	毎週水曜日 5/6(土) 5/7(日) 6/10(土) 6/11(日) ① 10:30 ～12:00 ②14:00 ～15:30	Re 事務所内 八王子市明神町 1-7-14 ハーベストマンション 1階 (JR 八王子駅より 徒歩 15 分 京王八王子駅より 徒歩 10 分)	こどもの日、母の日、父の日に感謝の気持ちを込めたオリジナルの記念品を贈ってみませんか? 作って楽しい、もらって嬉しい♪といったお手伝いをさせていただいております。	一般社団法人 WILL 就労継続支援 B 型事業所 Re (アールレー) 	要事前申し込み 電話： 042-690-8844 メール その他： SNS の DM でも OK	参： T-シャツ 2000 円～ トートバッグ 1800 円～ 定：各 4 名 対：どなたでも 子供同伴可

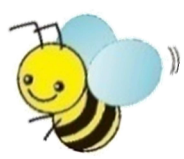
助成金情報

掲載された情報以外にも助成金情報があります。
 詳細は、八王子市市民活動支援センターにお問合せいただくか、はちコミねっとのサイトをご覧ください。

名称	主催	助成対象	助成金額	締切
地域福祉チャレンジ 活動助成	ニッセイ財団	自助・互助・共助・公助が一体となって人々を支え合う地域づくり・まちづくりのための「活動」 	補助金：最大 400 万円 対象団体：3 団体程度	5/31(水) 消印有効
令和 5 年度 障がい者福祉活動 への助成	社会福祉法人 木下財団	関東 1 都 6 県にある非営利の民間団体が行う障がい者支援の社会福祉事業 	上限 25 万円 (総額 850 万円)	6/5(月) 必着
緑の都市賞	公益財団法人 都市緑化機構	都市緑化意識の啓発や地球にやさしい生活環境の保全・創出の促進のための活動 	◇内閣総理大臣賞 1 点 [賞状、助成金 (20 万円)] ◇国土交通大臣賞 3 点以内 [賞状、助成金 (15 万円)] ◇都市緑化機構会長賞 3 点以内 [賞状、助成金 (10 万円)] ◇第一生命財団賞 1 点 [賞状、助成金 (10 万円)] ◇奨励賞若干 [賞状、助成金 (5 万円)]	6/30(金) 消印有効

八王子コミュニティ活動応援サイト
「はちコミねっと」

<http://hachikomi.genki365.net/>
 ※右の QR コードからもアクセスできます。



SUPPORT802
 バックナンバーはこちらから



広報紙 SUPPORT802

- ◆発行日：奇数月 1 日(年 6 回発行)
- ◆発行元：八王子市市民活動支援センター
- ◆発行部数：5,000 部/回

- ◆配布場所：
八王子市市役所、市内各市民センター、
市民部事務所、図書館、体育館
子ども家庭支援センター