

ナウマン通信



2021年
12月20日発行
第27号

大阪市立我孫子南中学校

笑う門には福来る



Mー1グランプリ、見ましたか？ 面白かったですか？ 毎年大きな話題になり、見た人も多いと思います。校長先生も好きなので毎年楽しみにしています。校長先生は彼らを面白いなあというだけじゃなくすごいなあと思っています。巧みな話術や言葉、動きで人を笑わせることに自分の人生をかけている。そして人を笑顔にし、幸せな気分させてくれるうらやましい仕事だと思うからです。笑いにもいろいろな笑があります。君たちはどんな時に笑いますか？人の失敗を見て笑う、人の容姿を見て笑うといったちょっと嫌な笑い。Mー1（漫才）のように一つの芸として人を笑わせる笑い。そしてもう一つは人からうれしい言葉をかけてもらえた時、優しく接してもらえた時の笑い。人に優しくされて怒る人はいません。そんな風に考えると君たちも人を笑顔にすることができるということです。2学期も今週で終わりです。ちょっとそんな優しい気持ちで人と接するように心がけてみませんか。以上、今日の全校集会でお話しした内容です。では笑顔は私たちにどんな効果をもたらしてくれるのでしょうか。以下、笑顔がもたらす6つの効果です。参考にしてください。



1. 免疫力がアップする。

「笑いや笑顔には、ナチュラルキラー細胞という免疫細胞を活性化させ、免疫力をアップする効果があるのです。」

2. 最強のエイジングケアになる。

ホンモノの笑顔には、顔のリフトアップ効果が期待できます。

3. 表情筋が刺激を受け、ポジティブな気持ちになる。

4. コミュニケーションがスムーズになる。

ある企業で、その会社の商品の売り上げ上位の販売員と、下位の販売員の笑顔进行分析しました。すると、売り上げ上位の人たちは全員がデュシェンヌ・スマイル（本物の笑顔）の持ち主。一方、売り上げ下位の人たちは極めて笑顔がぎこちないという結果が出たのです。

5. 笑顔は周りに伝染する。

かわいい赤ちゃんに見つめられると、こちらも笑顔がこぼれますよね。赤ちゃんは特に笑顔に反応しますから、その顔を見て笑ってくれるとさらにうれしい気分になります。これと同じように「あの人の笑顔を見ると、自分も笑顔になってよい気分になる」ということが君たちにもありますよね。笑顔は循環し、増幅していくのです。

6. 幸福度がアップする。

「あの人は、きっと幸せだからあんなに素敵な笑顔なのだろう」と思ってしまいがちですが、実は「笑顔が素敵だから、幸せになっている」ということなのです。

笑う門には福来る、ということわざどおり、デュシェンヌ・スマイルが幸せを呼び込んでいるのです。さあ、みんな！笑って笑って幸せを呼び込もう！