

街かど

8.31
熊本市

クリップ

熊本市

●「笑いヨガ」

の講習会 28日、手取本町の県民交流館パレアで、25人が参加してあった。高田佳子代表(51)が「みんなで笑えば楽しさが伝染し、体に酸素を取り込むので活力が出る」と解説。

参加者は2人一組で向き合い、動物のポーズをするなどして「わっはっは」と笑い合った。同市御幸の自営業上山勝昭さん(48)は「校区の体協活動に取り入れ、子どもたちと一緒に楽しみたい」と話していた。