

笑って元気になってや



29.5.19 (朝刊) 29

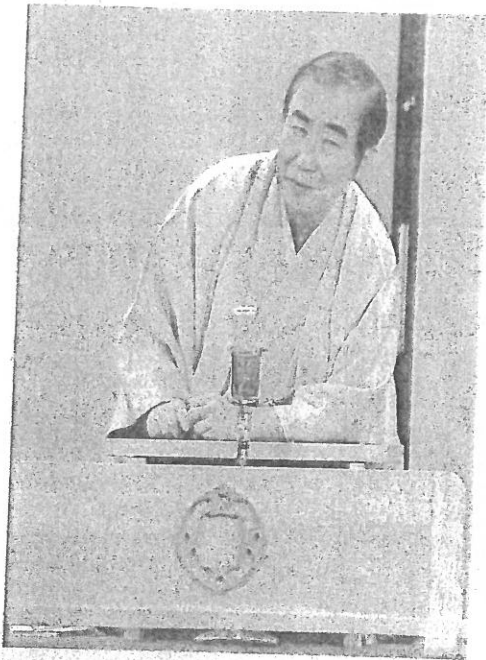
大阪国際がんセンター 研究開始

がん患者の免疫向上に効果？

「笑い」ががん患者のストレス軽減や免疫機能向上に与える影響を調べようと、大阪市中央区の「大阪国際がんセンター」で18日、実証研究が始まった。同センターが松竹芸能と米朝事務所、吉本興業とタッグ。初回は、落語家の桂文枝さんが登場し、軽妙な語り口で会場をわかせた。同センターのがん患者らが対象で、継続的な笑いががん医療に及ぼす影響をみる研究は日本初。8月まで検証を行い、結果は年度内に国際学術誌で公表する。

「大いに笑ってストレスを発散していただきたい。でない、今度は私にストレスが」。18日午後、同センターの1階ホールに、がん患者ら約200人の笑

桂文枝さん「安らぎを感じて」



笑いががん医療に与える影響を調べる研究で落語を披露する桂文枝さん＝18日午後、大阪市中央区（水島啓輔撮影）

露した。今回の研究では、8月末までに落語や漫才などの公演を2週間に1回、計8回開催。患者らを、すべての公演を鑑賞するグループと、半分だけ鑑賞するグループに分け、血液検査やアンケートを実施。がん細胞を攻撃するナチュラルキラー細胞（NK細胞）や、免疫機能を制御する物質の活性化具合、ストレスの指標となるホルモン（コルチゾール）の量の変化を調べるとともに、生活の質（QOL）の変化にも着目する。宮代典・がん対策センタ

一所長は「4カ月という長期でがん『笑い』の研究をするのは初めて」と指摘。左近賢人病院院長は「患者さんは笑っているときはがんや心配事を忘れる」と述べ、笑いががん治療に与える効果に期待を寄せる。乳がんを患い、抗がん剤治療のために通院している大阪市住吉区の中川智晶さん（48）は「笑い続けていま

した。軽く運動したみたいに体がぼかぼかと温かい」と笑顔。「笑いとがんの関係が医学的に立証されていないことに驚いた。患者として役に立ちたい」と意気込んだ。文枝さんは「昔から『笑いは気の薬』といわれていた。一時でも安らぎを感じてもらえれば。結果が楽しみ」と手応えを感じた様子だった。公演には今後、落語家の桂文枝さんや桂ざこばさん、漫才師のオール阪神・巨人さんや大木こたまひびきさんらが出演する。

ストレス解消や血糖値影響も検証

大阪国際がんセンターで始まった実証研究と同様、「笑い」による健康への効果を検証する取り組みは全国各地で広がっている。福島県立医科大学などのチームは、糖尿病の患者を対象にした研究を平成25年から実施。患者が1、2週間に1回のペースで3カ月間、笑う動作や呼吸法を取り入れた「笑いヨガ」などに取り組んだ結果、血糖値の指標が下がる効果があったという。同大の大平哲也教授は「『笑い』は運動とストレス解消効果を併せ持つ。ストレスが関係するがんなどの病気には有効と考えられる」と話す。近畿大も吉本興業などと協力し、笑いの効果を検証する研究を今年2月に始めた。男女20人が2週間に1回「吉本新喜劇」や漫才を鑑賞。笑った回数や時間、呼吸数の変化をセンサーで計測して検証している。今後、ストレス軽減などの効果がみられれば、来年には精神疾患患者を対象にした研究も行う予定。同大医学部心療内科の阪本亮助教は「『笑い』を薬などの代替医療として活用できれば患者さんにとっても良いはずだ。効果を明らかにしていきたい」と話している。



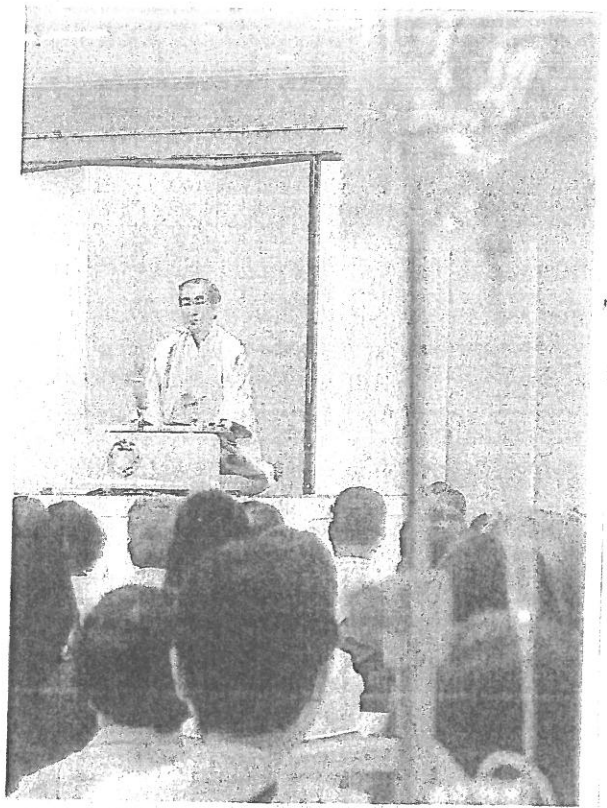
がん退治 笑いのパンチ 桂文枝さんら実証公演 ^{9.5.19} (9)

大阪国際がんセンター（大阪市中央区）は18日、施設内で、笑いががんに及ぼす影響を調べる実証研究の初公演を行った。桂文枝さんが落語を披露するなどし＝写真＝、同センターで治療を受ける40人の患者らが巧みな話術を楽しんだ。公演は8月まで定期的に行われる。

吉本興業や松竹芸能、米朝事務所の協力を得て、「わろてまえ劇場」のタイトルで実施。マンション開発を手がけるリバー産業（同区）の寄付金を活用する。

この日の公演には、文枝さんのほか、桂三語さん、桂三風さんが登場。文枝さんは「おおいに笑ってストレスを発散してください。笑ってもらわないと私のストレスになる」と言って場を沸かせた。女性患者(63)は「笑って体が軽くなった。笑いの力はすごいと感じた」と話していた。

研究では、患者にも協力してもらい、落語や漫才を楽しむことで免疫細胞などがどう変化するかを調べる。今後の公演には、桂ざこばさん、漫才コンビ「オール阪神・巨人」らが出演する予定。



鑑賞会に約160人が集まった（18日、大阪市）

「笑い」ががん患者の免疫力に与える効果などを検証する研究が18日、大阪国際がんセンター（大阪市中央区）で始まり、初回の鑑賞会に落語家の桂文枝さんが登場した。患者ら約160人が集まった会場は笑い声で包まれ、胃がんを患い通院中と

^{9.5.19} (9) **がん闘病 笑いの効果を**

大阪、落語や漫才鑑賞 免疫力アップ検証

「鑑賞会」は8月までに計8回開かれ、落語家や漫才師が出演する。

創作落語を披露した文枝さんは「昔から笑いは気の薬だと考えられている。少しでも元気になってもらいたい」。

鑑賞会に約160人が集まった（18日、大阪市）

大阪府東大阪市の青山雄治さん（61）は「面白すぎて涙が出た。前向きになれそう」と笑顔を見せた。