

日本笑い学会オープン講座 「スポーツ場面での笑い」 (関西大学梅田キャンパス 2019. 11. 10. 日)

追手門学院大学笑学研究所所員、社会学部教授 辰本 頼弘

オープン講座では、講演タイトルに興味ある一般の方（特に中高年の方）や笑い学会所属の方が参加され熱心に聴いていただきました。また講演後も多くの方と活発な質疑応答を交換し盛況に講演会は終了しました。

講演の要旨は以下の通りです。

講演では、自身が笑いと運動・スポーツの関係を研究してきた中で大胆な仮説を紹介した。

- ① 幼少期の運動・スポーツ場面で、笑いの表出が多い子どもは、運動・スポーツの能力が高くなるのではないかなど。
- ② 運動・スポーツ場面で笑いの表出が多い者は、その種目の上達が早いのではないかなど。

スポーツ場面における笑いの表出は、様々な場面により意味が異なることを説明。

例えば、プレーが成功した時の笑い（快の笑いや安堵の笑い等）、プレーが失敗した時の笑い（苦笑いや照れ笑い）は、笑いの質量とも違う。特に失敗した時は、笑い自体が不謹慎なものとして考えられるため、次のプレーへ早くの切り替えるために笑いが短時間で終わる傾向がある。また、試合が終わった時の緊張感から解放された緊張緩和の笑いや勝利が決定した時の歓喜の笑い等、スポーツには喜怒哀楽が凝縮されている。

笑いは、選手個人のみならず、チーム全体の場の雰囲気や和ませたり、勇気づけたり、また、観客（応援）との一体感にも大きな効果をもたらすことがあり大変重要な性格をもつ。しかし、スポーツ場面では、「白い歯を見せるな」「ニヤニヤするな」等、笑いが生じると不真面目と捉える傾向があり、叱咤・叱責の聲が上がることもある。

高齢者施設でのレクリエーション中の笑いを分析すると、楽しさの評価は「ゲーム」が最も高い（笑いの総計時間、平均持続時間とも）ことから、レクリエーションの構成要素としてゲームプロ



グラムの内容が、レクリエーションの満足度に大きな影響を及ぼしていると考えられる。

大学女子ソフトテニス部に9名に集ってもらい、1回1時間における自由会話を5日間実施した。各人の笑いの総計時間を比較すると、競技レベルの高い学生の方が総計時間に長い傾向がみられた。

(高齢者およびテニス部の学生の笑いは、特殊な機器を用い、すべて左大頬骨筋の直上で筋電図で計測した)

大学女子サッカー部監督に、部員16名の練習中に見せる笑いの表出頻度と身体能力を主観的に判断して順位をつけてもらった。またサッカーの特性である脚筋力の結果も加え考察すると、笑いをよく表出する者ほど身体能力が高い可能性が示唆された。

これらのことから、運動・スポーツ時の笑いの表出は、スポーツパフォーマンスに影響を及ぼすのではないかと。また、笑いと運動能力の関係を明らかにすることが出来れば、スポーツパフォーマンスの向上に期待ができるのではないかと。

特に、物事に素直に反応する子どもたちは、ひとつの事象に対しての笑いの表出は数量とも多いと推測されることから、冒頭の仮説が解明できれば、スポーツ能力向上に笑いが一役を買うことにつながるのではないかと、ひいては幼少期から将来のトップアスリートへの可能性も見いだせるのではないかと。