

「更年期女性のメンタルヘルス」

葵橋ファミリークリニック首席カウンセラー

講 師 山本 陽子(やまもと・ようこ)先生

40代から50代にかけての女性は、身体的な変化を迎えます。個人差はありますが、「更年期障害」と呼ばれる心身の症状に加え、巣立ちの季節を迎える子どもたちへの対応、子どもたちが巣立ったあとの新しい生活スタイルの模索など、この時期は変化の多い大切な時期と言えます。

土曜の午後のひととき、更年期を楽しく充実して過ごすための講演会を開きます。もちろん女性だけでなく、男性の参加も歓迎します。

ふるってご参加ください。

記

日 時：2010年12月4日(土)午後2時～3時半

場 所：福島大学総合教育研究センター 特別教室

対 象：一般

参加費：無料

問い合わせは 024-548-8111 (青木真理研究室) もしくは

024-548-8110 (総合教育研究センター事務室) まで。

山本 陽子(やまもと・ようこ)先生のご紹介

<略歴・著書>

奈良女子大大学院卒業後、大阪市家庭児童相談室を経て、社団法人葵橋ファミリー・クリニックに臨床心理士として勤務、現在首席カウンセラー。

最近ではセミナー『熟年を生きる』、『老人すこやか講座 - 自分のこととの向き合い方』、『中年のことについて』の講師として、熟年のサポート活動を展開している。

主な著書に『発達心理学』(共著、建白社)『こころの教育とカウンセリング』(共著、八千代出版)『風土臨床』(共著、コスモス・ライブラリー)。奈良女子大学、立命館大学非常勤講師。