



あなたの 生きづらさは どこからくるのか

コロナ禍になってから、精神科の診察室でも
「生きる意味がわからない」と言う人が増えている。
「生きづらさ」の原因は何なのだろう。
どうすれば少しでも肩の重荷を軽くして生きられるのだろう。
いっしょに考えていきたいと思う。

講師

香山 リカさん

精神科医、立教大学現代心理学部映像身体学科教授

参加無料

・要申込・

日時

2022年2月5日 土

14:00-16:00 [13:30 開場]

プロフィール

1960年北海道生まれ。東京医科大学卒業。精神科医としての豊富な臨床経験を活かして、現代人の心の問題を中心にさまざまなメディアで発言を続けている。専門は精神病理学。

主な著作／『友だちのひみつ』(小学館、2021)、『大丈夫。人間だからいろいろあって』(新日本出版社、2018)、『発達障害』と言いたがる人たち』(SB新書、2018)、『しがみつかない生き方―「ふつうの幸せ」を手に入れる10のルール』(幻冬舎新書、2009) 連載誌／北海道新聞(ふわっとライブ)、毎日新聞(ココロの万華鏡)、創(『こころの時代』解体新書)、SFマガジン(SENCE OF REALITY)

会場①



JA長野県ビル 会議室12C(長野市北石堂町1177-3) 定員40名 先着順

[申込方法] 電話またはFAXにて以下の項目をお知らせください。

- 氏名 ●電話/FAX ●ご自身の年代(※講演会の内容に反映させるためにお尋ねします)
- 香山リカさんへの質問(※ある方のみ)

[申込先] 長野いのちの電話事務局 電話 026-225-1000 FAX 026-225-6139

会場②



オンライン配信 定員200名

[申込方法] メールにて以下の項目をお送りください。お申し込みいただいた方に視聴用URLをメールでお知らせします。

- 氏名 ●メールアドレス ●電話番号 ●ご自身の年代(※講演会の内容に反映させるためにお尋ねします)
- 香山リカさんへの質問(※ある方のみ)

[申込先] mnid@galaxy.ocn.ne.jp

※コロナウイルス感染症が再流行した場合、会場での受講は中止しオンライン配信のみとさせていただきます(長野いのちの電話ホームページに掲載し、事務局から電話連絡します)。 ※ご来場の際はマスクの着用・手指の消毒・咳エチケットにご協力をお願いします。

主催/社会福祉法人 長野いのちの電話 お問い合わせ/電話 026-225-1000 FAX 026-225-6139

後援/長野県・長野県教育委員会・長野市・長野市教育委員会・長野市医師会・信濃毎日新聞社・長野県社会福祉協議会・松本市健康づくり課・長野県精神保健福祉士協会