

女性のための ミドルエイジ・クライシスを 人生の転機にする 心理学講座

午後 2 時 ~ 4 時

(開場 午後 1 時 40 分)



2/27
(土)

「私の人生、ずっとこのままなの?」「やり残したことがあるんじゃない?」といった不安がつのったり、突然これまでの生き方にとまどいを感じることはありませんか? 実は人生の折り返し地点に入りかけの時期、こうした感覚にとらわれることがあり、「ミドルエイジ・クライシス」と呼ばれています。今回はこの「ミドルエイジ・クライシス」について知り、これからの人生を明るく充実したものに変わっていく方法を考えます。

■会 場：港区立男女平等参画センター リーブラ 学習室 C
(みなとパーク芝浦 2 階)

■参加費：無料 ■定 員：20名(先着順)

■対 象：区内在住・在勤・在学、およびこのテーマに関心のあるおおむね 30 代後半以上の女性

■保 育：定員あり、申込順。0 歳 4 ヶ月から未就学児まで、2/17(水)締切り。

■申 込：リーブラ窓口・電話・FAX・Eメールにて事前申し込み制、詳細は裏面参照。

■講 師：永久ひさ子 (ながひさ ひさこ) さん



文京学院大学 人間学部 教授。専門は発達心理学・家族心理学。一般企業勤務の後、大学院に入学。発達心理・家族心理学を専攻し、博士号取得。2010 年より教授を務める。主な研究テーマは、女性の生涯発達と家族、社会の変化と女性にとっての子どもの価値、家族の個人化。臨床心理士。心理臨床・福祉センター「ほっと」センター長。主な著書に『発達家族心理学を拓く - 家族と社会と個人をつなぐ視座』(共著/2008 年/ナカニシヤ出版) ほか多数。

マスコットキャラクター
りぶら



リーブラホームページ

ミドルエイジ・クライシスとは…

またの名を「ミッドライフ・クライシス」。働き盛りの40歳前後の人に訪れる「心の危機」のことを意味します。家族と自分の関係やバランス、過去を振り返り将来を見通す中で生じる漠然とした「やり残した感」や、ふとしたきっかけで起きる「価値観の揺らぎ」など、この時期にストレスを抱えやすいと分析されています。

今回はその「ミドルエイジ・クライシス」を、更なる成長（成熟）に転換するための講座内容となっています。

FAX 番号 03-3456-1254

〈 FAX 申込書 〉「女性のためのミドルエイジ・クライシス講座」

開催日時：2月27日（土）午後2時～4時

申込方法

- ・電話・FAX・Eメール・リーブラ2階窓口にてお申込みください。
- ・Eメールの場合は、メールタイトルを「講座申込 女性のミドルエイジ・クライシス」として、下記申込書と同じ内容を送信してください。
- ・FAX・Eメールは、リーブラから受信確認の連絡をもって受付完了になります。3日経っても受信確認連絡がない場合は、受信されていない可能性がありますので、電話でお問い合わせください。

お名前	ふりがな		年代
			歳代
昼間の連絡先 ※ 支障のない連絡先を 記入してください	電話		
	メールアドレス		
港区との関係 (いずれかに○)	在住・在勤・在学・その他（お住まいの市区）		

★保育をご希望の場合は下記にご記入ください。定員あり、申込順。2/17（水）締切。後日、託児利用票を郵送します。

ご住所	〒		
お子さんの名前・年齢 ※ 対象は4カ月～ 未就学児まで	ふりがな	2/27時点で	
		歳	カ月

★個人情報保護方針：リーブラでは、皆様からお預かりする個人情報に関して、お申込みの講座運営、及びそれに関わる連絡以外には使用いたしません。また皆様の個人情報を無断で第三者に提供することはございません。

会場案内

港区立男女平等参画センター リーブラ

〒105-0023 東京都港区芝浦 1-16-1 みなとパーク芝浦
TEL：03-3456-4149 FAX：03-3456-1254
Eメール：libra@career-rise.co.jp

《アクセス》 JR「田町駅」東口（芝浦口）徒歩6分
都営浅草線・三田線「三田駅」A6出口 徒歩6分
ちいばす芝浦港南ルート「芝浦一丁目」徒歩4分
ちいばす田町ルート「勤労福祉会館前」徒歩7分
お台場レインボーバス「田町駅東口」徒歩6分
都営バス（田92・99）「田町駅東口」徒歩7分

