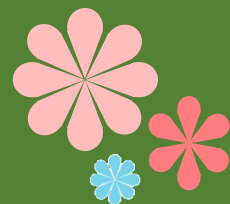


参加
無料

40代、50代のための心の健康

ミッドライフクライシス と上手に付き合う



定員 先着
100名

オンライン
開催
Zoom

事前
予約制

※ミッドライフクライシスとは
“人生の折り返し地点に差し掛かる”
40代から50代にかけて訪れる、
自己の人生やキャリア、将来について
悩みや葛藤を感じる心理状態のこと。

思い当たることはありませんか？

- ☒ 子どもの巣立ちや親の介護など、家庭内での役割が変化した
- ☒ 仕事やキャリアの限界が見え、戸惑いやプレッシャーを感じる
- ☒ 体力の衰えや更年期など、老化への不安がある
- ☒ これからの人生を、前向きに過ごしたい



40代、50代の
心の変化と上手に
付き合う方法について
お話しします。

講師

西南学院大学 人間科学部心理学科 教授

公認心理師・臨床心理士 **小川 邦治** 先生

日時

令和7年12月18日（木）13：30～15：15

開催方法

- ①Zoom（ウェビナー形式/参加者の顔出し・音声なし）
- ②録画配信（講座開催1週間後から令和8年1月31日まで
視聴を予定）

対象

福岡市にお住まいの方、福岡市内で働いている方

申し込み

11月4日（火）から12月10日（水）まで
区ホームページにて受付 「早良区 健康講座」



申し込みはこちら

講座に参加すると「ふくおか散歩」
（健康アプリ）のポイントがもらえます！



←くわしくは
こちら



【問い合わせ】早良区保健福祉センター地域保健福祉課
電話：092-833-4363 FAX：092-833-4349



福岡 何歳でも
100 チャレンジできる
未来のまちへ