令和６年度　地域精神保健研修会

高齢者の不安・うつ・孤独

～しなやかな心を取り戻す～

今年度は「高齢者の不安・うつ・孤独」をテーマに、本学臨床心理学部教授の新村秀人がお話しいたします。

現在、日本人の人口全体に占める65歳以上の割合は過去最高となっています。高齢者は、喪失に関連した様々なストレスを感じることが多いことから、うつ状態になりやすいと考えられます。

こうした高齢者の不安・うつ・孤独への対処や予防について、「しなやかな心」をキーワードに、ご一緒に学んでいきたいと思います。

日　時　**2025年1月15日(水)　18:30～20:30**

講　師　**新村 秀人**（本学臨床心理学部教授）

概　要　高齢者のメンタルヘルス不調・危機として、不安、うつ（気分の落ち込み・意欲低下）、孤独（さびしさ）があります。
不安・うつ・孤独にどう対処して折り合っていくとよいのか、不調を予防するにはどうすればよいのか、「しなやかな心」をキーワードに、一緒に考えたいと思います。

開催形式　**ZOOMによるオンライン開催**

＊ZOOMのURL、ミーティングID、パスコードはお申込後にお知らせします。

申し込み方法　参加申込みは、下記申込みフォームより受け付けております（大正大学カウンセリング研究所のHP【Information】からもお申込みいただけます）。

https://forms.gle/zzjmEDR92DhPUJgP6

申込期間：11月11日(月)～12月9日(月)

※定員に達し次第、受付を終了させていただきます。

＊ 後日、申込みフォームでお知らせいただいたメールアドレス宛に、当日ご利用いただくZOOM情（URL、ミーティングID、パスコード等）をお送りいたします。
＊ お申込の際にいただいた個人情報は厳正に取り扱い、地域精神保健研修会の目的以外には使用いたしません。

定員 **80名程度**

参加費 **無　料**

問い合わせ先
大正大学カウンセリング研究所
〒170-8470 東京都豊島区西巣鴨3-20-1 TEL.03-5394-3035 FAX.03-5394-3041
研修会担当：切金、竹内　　E-mail : cou-moushikomi@mail.tais.ac.jp

【後援】豊島区