

Women's  
Salon

くるり

@こころ

人生の折り返し、あなたは何を思う？

# ミッドライフ・クライシス

(中年の心の危機)

ワタシを知る・癒す④

令和7年12月7日(日) 10:00~12:00

会場: ふくいウイメンズ・オアシス (福井県生活学習館2階)

「わたしの人生、これでよかったのか!?!」

40代から50代にかけては、自分の人生(過去や未来)に対する疑問や悩み、葛藤、不安が強まりやすい時期で、「思秋期」って言ったりもしますよね。体力的な衰え、更年期、子育てのひと段落、親の介護、自身のキャリアなど、いろいろな変化(転機)が重なることで、揺らぎやすくなるのかな。

これまでの肯定できて、これからをより素敵にしていけるよう、心理士さんと一緒にいろいろ話してみませんか。

講師:

**佐々木 雅代** さん  
(公認心理師/臨床心理士)

\*ミニ講座&  
質疑応答含めてフリートーク

対象: テーマに関心のある女性  
定員: 8名

女性のためのピアサポートサロン 「Women's Salon くるり」  
「ふくいウイメンズ・オアシス」にて毎月開催

参加  
無料

「@わたしのカラダ」「@こころ」「@夫婦・家族」「@お仕事」「@おひとりさま」「@ふくい移住者」など身近なテーマを設定し、ざっくばらんに話し合う場です。自分が語るのはもちろん、聴いているだけでも大丈夫。参加者同士で、気持ちや経験・情報を分かち合い“ひとりじゃない”って思える時間を一緒に過ごしましょう。

くるり@こころ  
ミッドライフクライシス  
お申込み



チャイルドルーム  
(要予約)

お申込みはこちら  
[料金]300 円/人  
[対象]生後6ヶ月~6才



ふくいウイメンズ・オアシス



■お申し込み/お問い合わせ■

ふくいウイメンズ・オアシス

(運営:公益財団法人ふくい女性財団)

福井市下六条町 14-1 福井県生活学習館2階

TEL 0776-89-1008 Mail w-oasis@f-jhosei.or.jp



経済的に困りの方に  
無償で生理用品を  
提供しています

