



シリーズ② 中・高年期の女性

いつまでも生き生き！元気に！私らしく！
自分らしいシニアライフについて考えましょう。

場所

東大阪市立男女共同参画センター
イコーラム 第1・2研修室対象
定員市内在住・在勤・在学の女性
20名

日時	テーマ/講師
6月28日(木) 午前10時～12時	誰と住む？どう暮らす？～十人十色のシニアライフ～ 講師： ^{やすだ かずこ} 安田香珠子さん（女性問題専門心理カウンセラー、心の相談室「Woman」主宰） 京都女子大学大学院前期博士課程修了、日本心理臨床学会正会員、共著「更年期から楽しくなる」（生活クラブ生協連合会刊）、国際ソロブチミスト米国より「1998年女が女を助ける賞」受賞、NPO法人フェミニストカウンセリング神戸理事、守口市女性の悩み相談員。また、7人の女性が第二の人生で「同じマンションでの近居」を選んだ新しい住まい方をしている「個個セブン」の一員でもある。
7月5日(木) 午前10時～12時	いつまでも自分らしく～加齢に伴う心の変化～ 講師： ^{ふくい さちこ} 福井幸子さん（ウィメンズセンター大阪スタッフ） 年齢や生活が違っていても、「女性であるがために」経験する社会の中の生きにくさや自分の身体・性にまつわる不安や悩みを率直に語り合い相談できる場として開いたウィメンズセンター大阪のスタッフ。女性達がお互いの知識や経験を持ち寄って、自分たちで問題を解決出来る力をつけていくことを目指して活動している。
7月12日(木) 午前10時～12時	老後を楽しく過ごす～高齢社会をどう生きるか～ 講師： ^{こばやし としこ} 小林敏子さん（高齢社会をよくする女性の会・大阪代表） 1993年「自分達の望む豊かな高齢社会を」と願う多くの仲間と共に立ち上げた高齢社会をよくする女性の会・大阪の代表を務める。すべての世代にとって豊かな高齢社会とは何かを考え活動を続けている。精神科医（老年精神医学・認知症専門医）。元・大阪市立弘済院病院・副院長。老年期痴呆の理解と介護、高齢者の身体と心、障がいをもつ高齢者の保健と福祉等のテーマで講師を務めている。

参加費 無料

申込
締切6月21日(木) 必着
*保育の申込は各講座開催日の1週間前までに要予約