

オンライン市民公開講座

演題

不安のある今だからこそ必要な 家庭での対話のススメ

～コロナ時代のこころの健康を
環境と気持ちの変化から考える～

知ることが

オンライン
になる

講師

看護学科 精神看護学
講師 神澤 尚利

期間

令和2年 10月26日(月)
～ 11月 6日(金)

参加
方法

期間中に、下記特設ページに
アクセスしてください。



オンライン市民公開講座
特設ページ:

10月26日(月) 10:00～ 受講可能

<https://www.tokyo-med.ac.jp/univ/contribution/webopenlecture.html>



【講師コメント】

新型コロナウイルス感染症の影響により、我々一人ひとりの生活環境が変化しています。実際に私も在宅ワークとなり、家事と育児に追われる日々で、思うように仕事に集中できない経験をしました。その中で、生活環境の変化は少なからずこころの健康に影響があると感じました。

本講座では、1つの事例を通して、主に家庭における環境変化と家族一人ひとりの気持ちの変化について考えます。そして、今のような状況がおとずれた時の対話の必要性とその方法をご紹介します。

みなさんもこの機会と一緒に考えてみませんか？