

# オンラインセミナー 「ドイツ生活でのこころの健康」

2022年 **6月19日** (日)

10時～12時00分 (オンライン入室9時30分から)

会場：zoom ウェビナー  
参加者のお名前 (匿名を含め)  
画像は画面上に出ません。講師のみで9。



海外に暮らす私たちにとり「心の健康」を保つことはとても大切です。言葉のハードル、文化や習慣の違い、限られた知人、日本との生活や働き方の違いなど、私たちは日本にいる時よりストレスにさらされた生活を営んでいる人も少なくありません。この3年間のコロナ禍ではさらに「こころの問題」が顕著になりました。どうしたら「こころの健康」を保てるか、どのような兆候に留意したら良いか、もしドイツで「こころの不調を感じた時」はどうしたら良いか、ドイツの事情に詳しい第一線の専門家からお話しいたします。

ご挨拶：鈴木 秀雄公使 (在ドイツ日本国大使館)

司会：シュペネマン 望さん (DeJaK-友の会)

○ 松永 優子先生 (精神科医、めじろそらクリニック)

「海外生活とこころの健康」

○ 嶋崎 恵子さん (臨床心理士、WithKids 所属)

「子どものこころの健康」

○ ホーネカムプ山本 有さん (臨床心理士)

「ご存知ですか、ドイツのこころのサポートシステム」

○ フィッシャー平松 由紀子さん (竹の会 “Bitte どうぞ”相談室)

「日本語でのサポートサービス」

多くの方のご参加をお待ちしています。

こちらをクリック→

[参加お申し込み  
入り口](#)