

# 市民文化講演会



問い合わせ 生涯学習課 ☎5800

精神科医

講師

香山 リカさん

演題

## 「ひとにも自分にも やさしく生きる」

とき

### 9月1日(土)

14時～15時30分

ところ

## アゼリアホール

今年度の市民文化講演会は2回開催します。2回目の講師は、現在調整中です。



### 講師プロフィール

精神科医・立教大学現代心理学部映像身体学科教授。1960年北海道生まれ。東京医科大学卒業。豊富な臨床経験を生かして、現代人の心の問題を中心にさまざまなメディアで発言を続けている。専門は精神病理学。2012年4月からNHKラジオ「香山リカのココロの美容液」(毎週金曜21時30分)でパーソナリティーを務める。

著書

【単行本・新書・文庫】

○「悲しむのは、悪いことじゃない」  
(筑摩書房)

○「小さな悩みを消すレッスン」本  
の中のカウンセリングルーム」  
(だいわ文庫)

○「だまし」に負けない心理学」  
(技術評論社)

○「しなやかに生きるって、どんなこ  
と?」へからだ」とへこころ  
に向き合う12のレッスン」  
(幻冬舎)

○「「看取り」の作法」  
(祥伝社)

○「「気にならない技術」  
(PHP研究所)

○「そこからすべては始まるのだか  
ら 大震災を経て、いま」  
(メディアファクトリー)

○「がんばらなくていい生き方」  
(海竜社)

○「3・11後の心を立て直す」  
(ベストセラーズ)

○「「つつです」というその前に」  
(PHP研究所)

【共著】  
○「ほどほどに豊かな社会」  
(橋本俊詔、ナカニシヤ出版)

○「きびしい時代を生きぬく力」  
(江川紹子、岩波書店)

○「生きる勉強」  
(アルボムッレ・スマナサーラ、サンガ)

※ チケットは2回セット券となります。購入方法など詳しくはポスターや市広報8月号をご覧ください。