

気づいて・知って・次に進む

中国・四国地方 限定

おとなび LAB

ミッドライフ・クライシスを 越えて次に進もう

おとなびLABは、大人の転換期を整える学びの場です。
今回は、不安や焦り、意欲の低下など、40・50代に増えやすい
心の揺らぎの背景を、分かりやすくひもときます。

自信がない

諏訪中央病院 名誉院長
鎌田實先生

不安

次の自分が

見えない...

眠れない日が続く

ひとりになりたい...

でも、寂しい

「やる気」が
出ない...

決められない 眠れない ...

決められない
決められない

先延ばし

朝がツライ

焦るのに、

動けない

「やり直したい...」

人生を

孤独

疲れが
抜けにくい

先が見えない
先が見えない...

何かを変えたい
でも、怖い

タレント

つるの剛士

NEXT ゲスト
近日公開!

2026

7.19 sun

開場 13:00 開演 14:00

場所 **広島国際会議場 フェニクスホール**

内容 第1部 鎌田實先生 講演

第2部 鎌田實先生 × つるの剛士 × coming soon トークセッション

入場料 税込 2,000円 (初開催につき特別価格!)

全席自由席・お申し込みは特設ページから

お申し込み
詳細はこちら

