

看護師、僧侶、スピリチュアルケア師で、二児の母。  
玉置妙憂さんと一緒に「こころをゆっくり整えよう」  
オンラインイベント2月24日(水)12時より開催！

平素よりお世話になっております。主婦と生活社のCHANTOWEB編集部でコロナ禍、女性の自殺率の急増など「現代のいきづらさ」をテーマに発信してまいりました特集「#こころをゆっくり整えよう」に連動し、ゲストスピーカーに玉置妙憂(たまおき・みょうゆう)さんをお招きしたオンラインイベントを開催します。



■イベント内容について

「#こころをゆっくり整えよう」特集内で「子育て世代こそ、自分を満たす“自利”が大切」と教えてくれた玉置さんに、「子育て世代が自分を苦しめない方法や人生の選び方」を伺うほか、玉置さんが移動中の電車内でも実践することがあるという「プチ瞑想」の方法も教えていただきます。平日のランチタイムの12時よりスタートいたしますので、仕事や家事の休憩時間にぜひご参加ください。

■ゲスト・玉置妙憂さんプロフィール

たまおきみょうゆう／看護師。僧侶。スピリチュアルケア師。二児の母。専修大学法学部卒業後、法律事務所に就職。長男が重度のアレルギー症状を持っていたことをきっかけに、看護師、看護教員の免許を取得。がんの夫の“自然死”を看取ったことをきっかけに出家を宣言。高野山にて修行を積み僧侶となる。看護師として勤めつつ、「大慈学苑」を設立、スピリチュアルケアに力を入れている。



■特集「#こころをゆっくり整えよう」について

CHANTOWEBが定期的に発信している、「オピニオン特集」のひとつで、2021年最初のテーマとして取り上げたのが「#こころをゆっくり整えよう」です。なかなか収束しないコロナ禍は、私たちの心に暗い影を落としています。なんとなく不安、心がざらざらする…。気づかないうちに心が疲れている子育て世代が増えている、そう感じます。自分自身、あるいはパートナーや子どもの心が壊れてしまう前にできることは何か。「現代の生きづらさ」の要因とともに考えてきました。



■イベントへの参加方法

日時：2月24日(水)12時～13時

配信：GoogleMeetによる生配信

参加方法：[こちら](#)のアンケートフォームにご入力ください(右のQRコードからもアクセスできます)。後日、イベントURLをお送りさせていただきます。



【イベントに関するお問合せ】

株式会社主婦と生活社 CHANTOWEB編集部

MAIL:chantoweb\_info@mb.shufu.co.jp (担当:中川)