

# メンタルヘルス教育に活かす

平成28年度

# 認知行動療法的アプローチ

## セミナー



認知行動療法は、うつ病への治療効果が認められている一方で、健康な状態であっても「日常生活の中で活用できる知恵」が多く含まれており、不調の未然防止やストレス対処能力の向上に大いに役立ちます。

本セミナーは、メンタルヘルスの一次予防における取組みとして、職場内で認知行動療法的アプローチが集団教育に実践できるようになることを目的に行うものです。実際に企業で集団教育を実施している事例の紹介もあり、大変参考になります。

### 参加費

区分	正規料金(税込)	割引料金(税込)*
THP登録者	11,660円	—
賛助会員	11,660円	7,000円
一般	12,960円	7,780円

\*参加費の割引料金が対象となる事業場は、常時使用する労働者数が300人未満であり、かつ労災保険の適用事業場です。詳しくは裏面の※中小規模事業場割引サービスの利用についてをご参照ください。

### 対象者

事業場でのメンタルヘルス教育として認知行動療法的アプローチを実施しようとする方

### 単位

◆THP指導者登録更新単位 2単位

## 第1回 第3回 東京会場

第1回 7/16(土) 第3回 9/10(土)  
12:30~17:10

〔会場〕

安全衛生総合会館  
(東京都港区)

〔講師〕

大野 裕  
(一般社団法人認知行動療法研修開発センター 理事長)  
加藤 典子  
(国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター)

## 第2回 大阪会場

7/18(月)  
12:30~17:10

〔会場〕

大阪労働衛生総合センター  
(大阪市西区)

〔講師〕

大野 裕  
(一般社団法人認知行動療法研修開発センター 理事長)  
梅村 隆子  
(梅村隆子事務所 所長)

## 第4回 名古屋会場

12/1(木)  
12:30~17:10

〔会場〕

中部安全衛生サービスセンター  
(名古屋市熱田区)

〔講師〕

田島 美幸  
(国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター 認知行動療法センター 臨床技術開発室長)  
加藤 典子  
(国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター)

## 「メンタルヘルス集団教育に活かす認知行動療法的アプローチ フォローアップセミナー」

職場において集団教育(10人以上)として認知行動療法的アプローチを実施した人を対象に、その実施内容\*を持ち寄りながら意見交換して学びあいます。また、実施してみたい課題・疑問点について、講師である大野裕先生よりアドバイスいただきます。

日時・会場 平成29年 2月18日(土) 13:00~17:00 安全衛生総合会館(東京都港区)

対象者 本セミナーは対象者を限定しています。  
◎平成26年度メンタルヘルス教育に活かす認知行動療法セミナー参加者  
◎平成27、28年度メンタルヘルス教育に活かす認知行動療法的アプローチセミナー参加者  
◎事業場において認知行動療法を用いたメンタルヘルスの集団教育を実施している方  
\*【事前課題】実施した集団教育内容を所定の様式に記入の上、ご持参ください。

単位 THP指導者登録更新単位 2単位

注意 フォローアップセミナーのお申込みには裏面の申込書はご使用いただけません。お申込みは中災防ホームページをご覧ください、WebまたはFAXでお申込みください。

### 参加費

区分	正規料金(税込)	割引料金(税込)*
THP登録者	8,900円	—
賛助会員	8,900円	5,340円
一般	9,900円	5,940円

\*参加費の割引料金が対象となる事業場は、常時使用する労働者数が300人未満であり、かつ労災保険の適用事業場です。詳しくは裏面の※中小規模事業場割引サービスの利用についてをご参照ください。

### 講師

大野 裕  
(一般社団法人認知行動療法研修開発センター 理事長)

セミナーの  
申込方法

中災防認知行動療法

検索

Web申込み 好評受付中!

●Web、または申込書に必要事項をご記入の上、FAX・郵送でお申込みください。

中央労働災害防止協会(中災防) <http://www.jisha.or.jp/health/>

健康快適推進部 企画管理課《東京》	TEL 03-3452-2517 / FAX 03-3453-0730
大阪労働衛生総合センター健康快適推進室《大阪》	TEL 06-6448-3840 / FAX 06-6459-4195
中部安全衛生サービスセンター《名古屋》	TEL 052-682-1731 / FAX 052-682-6209

