

# 認知行動療法セミナー

考えや行動をしなやかにして問題解決能力を高め気持ちを軽くする認知行動療法は、うつ病等への治療効果だけでなく、ストレス対処法としても注目されています。

本セミナーは、認知行動療法の基本と各種スキルを学び、ロールプレイの実習を通して面接法への理解を深めます。認知行動療法の専門家からのわかりやすい講習が受けられる貴重な機会です。ご参加をお待ちしています。

## ◆ 開催日程

- 第1回 2021年 6月28日(月)・東京
- 第2回 2021年11月15日(月)・名古屋
- 第3回 2022年 2月10日(木)・東京

## ◆ 対象者

メンタルヘルス教育担当者、保健師、看護師、衛生管理者、THP 指導者等で、事業場でのメンタルヘルス教育として認知行動療法を活用しようとする方

## ◆ 取得単位

- THP指導者登録更新単位 3 単位
- 健康運動指導士・健康運動実践指導者登録更新認定講習会 講義 2.8 単位 実習2単位

## ◆ 参加費 消費税・テキスト代含む

区分	正規金額	割引金額(*)
THP登録者	16,830 円	割引対象外
賛助会員	16,830 円	10,098 円
一般	18,700 円	11,220 円

\*受講料の割引金額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。

## ◆ カリキュラム

### 【講義】

- 認知行動療法の基本

### 【講義・実習】

- 基本の面接法
- ロールプレイ実習

### 【講義】

- 主要な認知行動療法のスキル

## 講師紹介

### ● 東京会場

精神科医  
一般社団法人認知行動療法研修開発センター 理事長  
ストレスマネジメントネットワーク株式会社 代表

近年、精神医療の現場で注目されている認知療法の日本における第一人者で、国際的な学術団体 Academy of Cognitive Therapy の設立フェロー、公認スーパーバイザー。日本認知療法・認知行動療法学会理事長。一般社団法人認知行動療法研修開発センター理事長、日本ストレス学会理事長、日本ポジティブサイコロジー医学会理事長など、諸学会の要職を務める。

おおの ゆたか  
大野 裕



### ● 名古屋会場

慶應義塾大学医学部 精神・神経科学教室 特任研究員  
公認心理師・臨床心理士

かとうのりこ  
加藤典子

\*研修の実施に際しましては、受講者の健康状態の確認(体温チェック等)、身体的距離に配慮した座席配置、机、椅子、ドアノブ等の定期消毒、消毒液の配置、換気の徹底等を行っています。また、受講者の皆様にはマスクの着用をお願いしています。(感染予防対策につきましては右のQRコードからご確認いただけます。)



## お申し込み方法…

オンライン申込み 好評受付中!

中災防 認知療法

検索

- オンライン 中災防ホームページよりお申込みいただけます。
- FAX・郵送 参加申込書に必要事項をご記入の上、FAX、または郵送でお申し込みください。

お問合せ・お申込み先

中央労働災害防止協会

東京：健康快適推進部企画管理課  
名古屋：中部安全衛生サービスセンター

TEL 03-3452-2517 FAX 03-3453-0730  
TEL 052-682-1731 FAX 052-682-6209

セミナー名 開催日・会場	第 回 メンタルヘルス教育に活かす認知行動療法セミナー 年 月 日 ( ) 会場			
参加者	フリガナ		年代について <input checked="" type="checkbox"/> をご記入ください。 <input type="checkbox"/> 20代 <input type="checkbox"/> 30代 <input type="checkbox"/> 40代 <input type="checkbox"/> 50代 <input type="checkbox"/> 60代以上	
	氏名	男・女	THP 指導者登録番号 または THP 専門研修修了証番号	
	フリガナ		フリガナ	
	事業場		所属部課	
	所在地	<input type="checkbox"/> 勤務地 <input type="checkbox"/> 自宅 (自宅に <input checked="" type="checkbox"/> をご記入の方は上記事業場欄の記入は不要です) 〒 - メールアドレス TEL ( ) / FAX ( )		
平日連絡先 (9:00~17:00)	TEL ( ) <input type="checkbox"/> 携帯 <input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> 勤務先(勤務先名 )			

★以下については、法人(事業場)でのお申込みの場合のみご記入ください。

連絡担当者	フリガナ		中災防会員について ( <input checked="" type="checkbox"/> をご記入ください。)	
	氏名	(参加者と同じ場合は記入不要)	<input type="checkbox"/> 非会員 (一般事業場・個人) <input type="checkbox"/> 中災防賛助会員 (会員番号下 6 桁をご記入ください。)	
	フリガナ			
	事業場 所属部課		事業場規模について ( <input checked="" type="checkbox"/> をご記入ください。) <input type="checkbox"/> 50人未満 <input type="checkbox"/> 50~99人 <input type="checkbox"/> 100~299人 <input type="checkbox"/> 300人以上	
所在地	〒	-		
	※受講票はこちらへ送付します	メールアドレス		
		TEL ( ) / FAX ( )		
※受講票送付先名称・所在地がお届けの賛助会員名称・所在地と一致しない場合、賛助会員料金の適用はできません				

- 参加費について () をご記入ください。(振込手数料はご負担をお願いいたします。)
  - 銀行振込 郵便振替 / 参加費支払い予定日: 月 日
  - 請求書について () をご記入ください。
  - 希望しない 希望する(請求書宛名: ) ※請求書は連絡担当者様宛に発送します。
- ※銀行発行の振込金受領書をもって領収書に代えさせていただきます。  
※なお、別途領収書が必要な方は、各申込先までご連絡ください。

通信欄

- 申込書到着後、FAX または郵便で「正式受付のご連絡」をお送りいたします。  
「正式受付のご案内」では、受付番号・参加費・参加費入金先(振込先)・入金期限等をお知らせいたします
- 参加費は、原則として研修開催日 2 週間前までにお振込みください。
- 参加取消の場合は必ず FAX にてご連絡ください。参加費お振込の有無にかかわらず、研修開催日を含め 7 日前〜前日までは参加費の 30%・開催日当日以降は参加費全額をキャンセル料として申し受けますのでご了承ください。  
なお、返金の振込手数料はご負担願います。
- 開催後のご返金はいかなる場合でもお断りしておりますので、ご了承ください。

※中小規模事業場割引サービスの利用について  
割引サービスの利用を希望される場合は、以下のにチェックマーク(レ)をご記入ください。

割引サービスの利用を希望する 割引サービスの利用を希望しない

①初めて割引サービスを利用する場合:直近の「労働保険概算・増加概算・確定保険料申告書(事業主控え)」(労働基準監督署の受付印が入っているもの)の写しを申込書に添付してご提出ください。

②2回目以降も割引サービスを利用する場合:貴事業場の労働保険番号を申込書の所定の欄に記入していただくか、上記①と同じく「労働保険概算・増加概算・確定保険料申告書(事業主控え)」(労働基準監督署の受付印が入っているもの)の写しを申込書に添付してご提出ください。

労働保険番号

★下記の業種分類表から業種をお選びいただき、○印をおつけください。

記号	業種分類	記号	業種分類	記号	業種分類	記号	業種分類
A	農林漁業	F	製造業(化学・石油・ゴム)	K	運輸・通信業	P	洗濯・理美容・浴場
B	鉱業	G	製造業(鉄鋼)	L	卸・小売業・飲食店・宿泊業	Q	廃棄物処理
C	建設業	H	製造業(非鉄金属・金属製品等)	M	金融・保険	R	自動車整備・機械等修理
D	製造業(食料品等)	I	製造業(機械関連)	N	医療・福祉	S	その他のサービス業(建物サービス・警備・派遣等)
E	製造業(繊維・衣類等)	J	電気・ガス・熱供給・水道業	O	教育・学習支援	T	他のサービス業