

こころの健康や悩みなどの相談を受ける方のための研修

認知行動療法との出会い

日時 2019年 **12**月 **15**日(日) **13:30~15:30**

会場 出羽庄内国際村(鶴岡市伊勢原町8-32)

内容 認知(現実の受け取り方、ものの見方)に働きかけて、気持ちを楽にしたり、行動をコントロールしたりする精神療法「認知行動療法」について学びます

対象 こころの健康や悩みなどの相談を受ける方
認知行動療法に関心のある方

参加費 無料

定員 20名

講師

酒田駅前メンタルクリニック

院長 **渋谷 直史** 氏

プロフィール

医学博士、精神保健指定医、厚生労働省認知行動療法研修事業スーパーバイザー。山形大学大学院医学系研究科医学専攻卒業。山形大学医学部附属病院、秋野病院、日本海総合病院、山容病院を経て現在に至る。所属学会・研究会は、日本精神神経学会、日本臨床精神神経薬理学会、日本生物学的精神医学会、日本トラウマティック・ストレス学会、日本認知療法・認知行動療法学会、日本マインドフルネス学会、東北精神神経学会、集団認知行動療法研究会、ヒューマンウェルネスインスティテュート。

**お問い合わせ
お申し込み**

特定非営利活動法人 **ぼらんたす**

TEL:0235-33-8730 (TELは平日10:00~15:00)

FAX:0235-35-0433

MAIL: info@voluntas-npo.com



「山形県庄内発！こころを元気にするプロジェクト」

庄内2市3町(鶴岡市、酒田市、庄内町、遊佐町、三川町)に住んでいるメンバーが運営委員会を立ち上げて、「自殺に特効薬はない」、「自殺にフタをしない」、「自殺の問題を特別なこととしない」というテーマで様々な自殺予防の活動に取り組んでいます。

主催/特定非営利活動法人 ぼらんたす 山形県庄内発！こころを元気にするプロジェクト2019
後援(予定)/山形県、鶴岡市、酒田市、三川町、庄内町、遊佐町
本事業は、令和元年度山形県地域自殺対策強化事業より助成を受けて実施します。