

# 認知行動療法研修 1

「 認知行動療法を学ぶ ～日常の業務に生かしていくために～ 」

日 時	令和6年7月1日（月曜日）午後1時30分から午後4時30分まで ※オンライン受講・会場受講とも午後1時開場です	
目 的	認知行動療法の基礎を学び、地域での支援に生かす	
対 象	特別区・島しょの行政職員、精神保健福祉関係機関職員、医療機関職員、教職員等 （初任者向け）	
定 員	オンライン受講	320名（Zoom ウェビナーで配信します）
	会場受講	30名（会場は中部総合精神保健福祉センターです）
講 師	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 代表 <b>大野 裕 氏</b>	
内 容	認知行動療法は、うつ病をはじめとする精神疾患・身体疾患の治療法、ストレス対処法の効果が実証され、幅広く活用されています。 そこで、認知行動療法の意味するものや方法などについて理解を深め、地域での支援に生かしていくために、第一人者である大野先生からわかりやすく解説していただきます。	

## <受講にあたっての留意事項>

本研修はハイブリッドで開催します。

申込時に、オンライン受講もしくは会場受講を選択してください。申込後は変更できません。

### 【オンライン受講】

- Zoom ウェビナーで配信します。受講に必要な環境は各自でご準備ください（パソコンなど画面を見ることができ音声を聞くことができる端末及びインターネット環境があること。カメラ、マイクは必要ありません）。

### 【会場受講】

- 会場は、東京都立中部総合精神保健福祉センター研修室 です。
- 会場受講の申込みは各事業所・所属から1名のみとします。

詳しくは、東京都立中部総合精神保健福祉センターホームページの「研修申込・受講案内」をご覧ください。

<https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/chusou/kenshu/index.html>

### 【主催・問合せ先】

東京都立中部総合精神保健福祉センター 広報援助課広報研修担当 電話 03-3302-7704（直通）