

2016年度 厚生労働省自殺防止対策事業 オープンセミナー

# 生活にとり入れたい認知行動療法の知恵

— 認知行動療法による心のスキルアップ —

講師 菊地 俊暁 氏

杏林大学医学部精神神経科学教室 講師



2001年慶應義塾大学医学部卒業と同時に、同大学医学部精神神経科学教室に入室。

その後、同大学医学部研究科博士課程卒業後、コロンビア大学精神科研究員を経て、

2013年より杏林大学医学部精神神経科学教室 講師に就任、現在に至る。

日本認知療法・認知行動療法学会、日本精神神経学会、一般社団法人認知行動療法開発センター理事、などの要職を務める。

日時: 2016年 10月 15日(土)

開場 13時30分

開演 14時～16時

会場: 富士見町教会

〒101-0064 東京都千代田区

富士見 2-10-1

電話番号 03-3261-0633



## 〈会場までのアクセス〉

JR総武線「飯田橋駅」西口改札口から、徒歩2分

東京メトロ有楽町線「飯田橋駅」神楽坂下方面B2a出口から徒歩2分

東京メトロ南北線「飯田橋駅」神楽坂下方面B2a出口から徒歩2分

東京メトロ東西線「飯田橋駅」A4出口からJR線路沿いに坂を上り、徒歩5分

地下鉄大江戸線「飯田橋駅」からは、地下道を通り(約8分)神楽坂下方面B2a出口から徒歩2分

# 社会福祉法人 いのちの電話

## いのちの電話の相談員になりませんか

いのちの電話の活動は1953年英国で始まりました。日本での活動は1971年東京で始まり、ボランティア相談員が年間3万件弱の電話相談を受けています。

今日も相談員が自殺などのさまざまな困難を抱え、ひとり悩む方々のお話に耳を傾けています。あなたもそのひとりになりませんか。

資料請求先：社会福祉法人いのちの電話 事務局  
電話 03-3263-5794 (受付時間 月～金 13時～17時)  
FAX 03-3264-4949

## いのちの電話にご支援下さい

いのちの電話は、活動資金のほとんどを企業、団体、個人の方々からのご寄付に頼っています。相談員は無償ボランティアの奉仕ですが、相談員養成費、研修費、借室料、広報、事務費などで年間約4,000万円の運営費が必要です。ご寄付の金額は任意です。なお社会福祉法人のいのちの電話への寄付は、税制上優遇されています。

ご寄付の振込は・・・

郵便振替 00140-3-162972 社会福祉法人いのちの電話  
三菱東京UFJ銀行 神保町支店(普)1084827 社会福祉法人いのちの電話

## セミナー申し込み(無料)

事前の申し込みが必要です。下記の「セミナー申込票」に、お名前、電話番号、参加希望人数等をご記入の上、FAXにてお申し込みください。また電話でのお申し込みもお受けいたします。

\*定員になり次第締め切らせていただきます。

社会福祉法人いのちの電話 事務局  
FAX 03-3264-4949 電話 03-3263-5794 (月～金 13時～17時)

## セミナー参加申込票

お名前	
電話番号	
どこでお知りになりましたか	<input type="checkbox"/> ホームページ <input type="checkbox"/> 他機関 <input type="checkbox"/> 友人・知人 <input type="checkbox"/> その他 ( )