

2月28日



会場: 甲斐市立竜王図書館

2階視聴覚室

開場: 午後1時30分

講演: 午後2時00分~4時00分

定員: 150人(先着順)

入場無料

「ストレスを味方にする 4つのステップ」



講師:(一社)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

精神科医 大野 裕先生
おおの ゆたか

PROFILE

1978年、慶應義塾大学医学部卒業後、同大学精神神経学教室へ入室。コーネル大学医学部、ペンシルベニア大学医学部への留学を経て、慶應義塾大学教授を務めた後、2011年6月より、国立精神・神経医療研究センター 認知行動療法センター 初代センター長に就任、現在顧問。

日本認知療法・認知行動療法学会初代理事長、日本ストレス学会理事長を歴任。愛媛県生まれ。

日本経済新聞「こころの健康学」、読売新聞「人生案内」執筆中。
AIチャットボット「こころコンディショナー」や認知行動療法学習サイト「こころのスキルアップトレーニング」を発案・監修し、YouTubeチャンネル「こころコンディショナー」を配信中。

お申し込み

2月5日(木)8:30~2月20日(金)17:15に、電話または申込フォームからお申し込みください。

お問い合わせ

甲斐市福祉部 障がい者支援課

電話: 055-267-7287 (※平日8:30~17:15)
FAX: 055-276-2113 (土日・祝日除く)

