

# 『心の健康のために、 毎日5分間認知療法を実践しよう!』

日にち：2015年3月8日（日曜日）

時間：13時から16時（12：30開場）

場所：千葉大学柏の葉キャンパス内シーズホール

## I. 特別講演『メンタルヘルスケアのフロンティア』

関沢洋一氏 経済産業研究所（REITI）上席研究員



略歴：東京大学法学部卒業、スタンフォード大学政治学修士修了、経済産業省を経て、2012年5月から現職。「人的資本という観点から見たメンタルヘルスについての研究」プロジェクトを推進中

## II. ロールプレイ実践『ラジオ体操のように、毎日5分間認知療法を実践しよう』

野口玲美 千葉大学大学院医学研究院 認知行動生理学

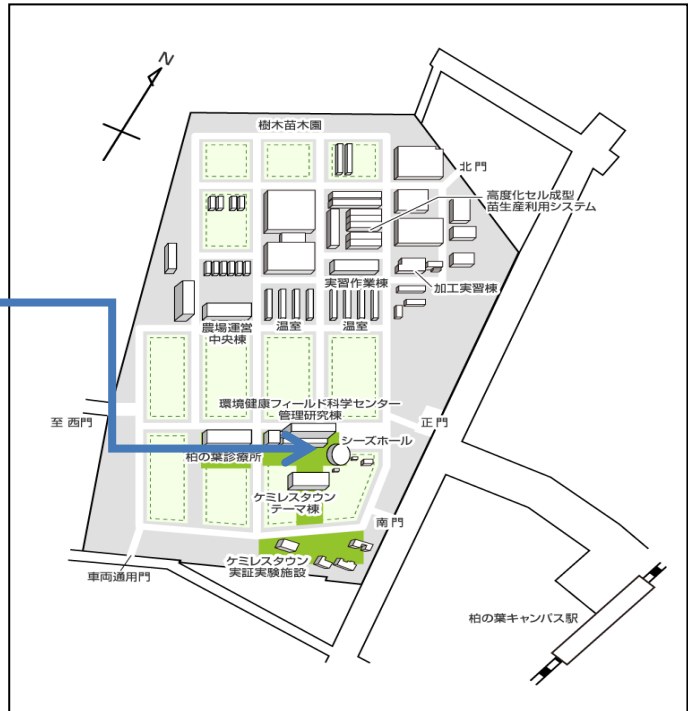
篠原裕吏子 千葉大学大学院医学研究院 認知行動生理学

清水 栄司 NPO 法人認知行動療法推進協会理事長、千葉大学大学院 医学研究院

認知行動生理学教授 精神科医

千葉大学柏の葉キャンパスシーズホール  
（つくばエクスプレス  
柏の葉キャンパス駅から徒歩5分）

- ・定員100名となっておりますので、先着順とさせていただきます。
- ・駐車場が限られているため、電車等の交通機関をご利用くださいますようお願いいたします。



### 申込方法：2月15日～

2月27日（金曜日）までに、はがきに「講座名」「住所」「氏名」「年齢」「電話番号」を書いて、〒277-8505 柏市役所 保健福祉総務課に郵送（必着）するかメール（info-hkin@city.kashiwa.lg.jp）

主催： 柏市・NPO 法人認知行動療法推進協会・千葉大学

（予防医学センター・子どものこころの発達研究センター）

問合せ先

柏市保健福祉総務課 電話 04-7167-1131

NPO 法人認知行動療法推進協会／千葉大学大学院医学研究院認知行動生理学 電話 043-226-2027