

「第10回 職域におけるメンタルヘルス対策フォーラム」

1. 日時：2024年2月3日（土）14:00～16:00
2. 会場 三重県教育文化会館 2階大会議室 三重県津市桜橋 2丁目 142)
3. 研修内容：テーマ 認知行動療法をいかした職場のこころの健康
4. 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
 大野 裕 先生
5. 内容：講師による認知行動療法に関する基本的ガイダンス
 事例について2～3人組で演習（グループワーク）

〔当日スケジュール〕

13:59-14:00 主催の三重産業医会会長挨拶（1分）

14:00-16:00 講師からのオリエンテーリングとグループワーク（120分/休憩なし）

16:00 終了挨拶