

～震災復興 こころの講演会～

後援 仙台市教育委員会 宮城県精神保健福祉センター 日本産業カウンセラー協会 東北支部
東北福祉大学 読売新聞東北総局 河北新報社

日時 2011/9/3 (土) 13:30～17:30(13:00 受け付け開始)

場所 仙台商工会議所 7F 大会議室

第2部 15:00～17:00 「“心の力”に気づく認知療法」

国立精神・神経医療研究センター 認知行動療法センター所長

講師 大野 裕先生



ストレスを感じるとどうしても私たちは悲観的に考えがちになって、問題を解決できない心の状態に追い込んでいくのですが、認知療法は、そうした考え方のバランスを取って問題に上手に対応できる心の状態をつかっていくコツを身につける方法です。

認知療法では、悲観的になりすぎず、かといって楽観的にもなりすぎず、地に足のついた現実的でしなやかな考え方ができるように、自分の持っている「こころの力」に気づき、さらにのびしていくことができるようになります。

《大野裕先生の略歴》

愛媛県生まれ。1978年慶大医学部卒、1982年助手、1989年医学博士、1994年同大学保健管理センター医師、1996年医学部専任講師、2002年保健管理センター教授。この間コーネル大学、ペンシルベニア大学へ留学。

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所長。日本認知療法学会理事長。日本ストレス学会副理事長。

うつ病などに対する認知療法の権威であり、一般向けの著書を多く執筆している。

第1部 13:30～14:45

「もしウサギが交流分析を学んでいたら」

NPO 法人 仙台交流分析協会理事長 (元宮城大学教授)

講師 稲垣行一郎



イソップ寓話の「ウサギとカメ」は誰でも幼い頃に一度は聞かされた物語だろう。諦めずに努力すれば報われる。能力がある者でも、油断すると追い越されてしまう。もしウサギが交流分析を学んでいたら、負けたウサギの再決断は？

【参加費】 一般・当日 5,000円 会員 3,000円 (8/26までお申し込みされる方)

※参加費の一部は、義援金として心のケア活動団体に寄付いたします。

【お申し込み方法】

- ・お申し込みの方は、人数分の参加費を下記の口座へお振り込み後、裏面の申込書に必要事項をご記入の上、メール又はFAXにて8/26までにお申し込みください。(当協会のホームページでもお申し込みできます。)

《お振込先》七十七銀行一番町支店 普通預金 口座番号：6137008 名義：NPO 法人 仙台交流分析協会
(申し訳ありませんが、手数料はご負担願います)

- ・当日にお申し込みの方は、当日受付の窓口にお申し付けください。定員に限りがある場合のみ、ご参加していただけます。

※この講演会は日本交流分析学会の認定講座で2ポイントになります。 修了者には認定書を発行いたします。

<問い合わせ先> 仙台交流分析協会事務局 (黒田) TEL: 022-274-0690

◆◆◆◆◆ 仙台交流分析協会ホームページ <http://www.ta-sendai.com/> ◆◆◆◆◆

NPO 法人 仙台交流分析協会 講演会委員会

FAX 022-274-0690

【ご注意】

- ・多くのお席をご用意しておりますが、人気のある講師のため、定員(180名)を超えた場合は、申し込みを締め切らせていただきますのでご了承ください。なお、申し込みの受け付け状況は、仙台交流分析協会のHP(<http://www.ta-sendai.com/>)にてご確認ください。HPでお申し込みもできます。
- ・お客様の都合により参加されない場合、返金はいたしかねますので代理の方のご出席をお願いいたします。

講演会参加申込書

申し込み	2011年 月 日	振り込み	2011年 月 日
ふりがな 名前	□一般 □産業カウンセラー □会員		
連絡先	〒 TEL E-mail	FAX	
参加通知の 連絡方法	□ E-mail □ FAX □ はがき		

【連絡事項】

- ・ご連絡頂きました個人情報、参加申し込み事務処理以外の目的で使用することはございません。
- ・参加通知のご案内は、参加費のお振込みを確認後にご連絡いたします。
- ・講演当日は、「参加通知のご案内」又は「お振込みの控え」をお持ちください。

～仙台商工会議所までの行き方～

【徒歩】仙台駅から15～20分

JR仙台駅(西口)より北進、アーケード過ぎて広瀬通りを左折、2本目の大通りを右折、地下鉄への入口の手前、右側

【地下鉄】

仙台駅→勾当台公園駅 3分 200円
仙台南北線 勾当台公園駅下車、南4番出口より出て徒歩1分

【バス】

仙台駅前→商工会議所前 4分 100円
仙台市営バス 商工会議所前下車、徒歩1分

【タクシー】

仙台駅から、5～10分

※仙台商工会議所には、駐車場がございません。お車で来られる方は、お近くの有料駐車場をご利用ください。



<問い合わせ先>仙台交流分析協会事務局 (黒田) TEL: 022-274-0690

◆◆◆◆◆ 仙台交流分析協会ホームページ <http://www.ta-sendai.com/> ◆◆◆◆◆