

平成 25 年 9 月吉日

厚生労働省：平成 25 年度認知行動療法研修事業  
うつ病の認知療法・認知行動療法ワークショップのご案内

謹啓

先生方におかれましては、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。

このたび、「うつ病の認知療法・認知行動療法ワークショップ」を行う予定を立てておりますのでご案内申し上げます。関係の先生で関心をお持ちの方がいらっしゃいましたらお勧めいただきますようお願い申し上げます。本ワークショップは、昨年同様、厚生労働省 平成 25 年度認知行動療法研修事業の一環として開催する予定で申請中です。しかし、競争的資金による事業のため、ワークショップが厚労省の事業として認定されるかどうかはまだ確定していないことをご理解いただければ幸いです。

本事業の目的は、認知療法・認知行動療法に熟達した医療関係者を育てることであり、今回は診療報酬で認められている医師を主な対象として実施します。今回参加していただく先生方には、今後の認知療法・認知行動療法の普及に向けて、各地で指導者的役割を担っていただくことを期待しております。

ワークショップの内容は、平成 16 年度厚生労働科学研究費補助金「精神療法の実施方法と効果に関する研究」および平成 22 年度より実施している厚生労働科学研究費補助金「精神療法の有効性の確立と普及に関する研究」で作成し有用性を検討した「認知療法・認知行動療法治療者用マニュアル」と研修マニュアルに準拠したプログラムに沿って、講義およびグループワーク等を行います。

また、参加される先生方は、認知療法・認知行動療法に習熟していただくために、順次セッションの録音に基づくスーパービジョン(16 セッション)を受けていただきます。そして、スーパービジョンが済んだ先生方には、技術習得を確実にするためにブラッシュアップのためのワークショップに参加していただくようになります。

末筆になりますが、先生のますますのご発展を祈念申し上げます。

謹白

厚生労働省:平成 25 年度認知行動療法研修事業  
うつ病の認知療法・認知行動療法ワークショップ

1. ワークショップ日時・会場

1) 東京会場

日時: 平成 25 年 11 月 3 日(日) 10:00-17:30、  
4 日(祝) 10:00-17:00

会場: 新大宗(しんたいそう)ビル FORUM8

東京都渋谷区道玄坂 2-10-7 電話 03-3780-0008

地図:参照

**\*申込み締め切り 10月 16日(水)まで**

2) 広島会場

日時: 平成26年1月12日(日) 10:00-17:30、  
13日(祝) 10:00-17:00

会場: 広島大学医学部講義室 1

広島市南区霞1-2-3

地図:参照

**\*申込み締め切り 12月 18日(水)まで**

2. 参加費用

無料

\*研修会の成果を評価するための簡単なアセスメントにご協力をお願いします。

3. 参加要件:以下の条件を満たす方

- 1) 最低2年以上の精神医療従事歴を持つ医師
- 2) 上記全日程の参加が可能な方
- 3) セッションの録音に基づくスーパービジョン(各 16 セッション)が受けられる方
- 4) スーパービジョンを受けるための個人 CBT の実施が可能なこと
- 5) 本研修事業に参加するにあたり職場の上司の推薦を得られること

4. 申し込み方法

お申し込みフォーム URL <http://cbtt.jp/kenshu/> よりご入力ください。

- ・希望会場 ①東京会場、②広島会場
- ・ご氏名:
- ・ご所属:
- ・精神科臨床年数: 年 ヶ月
- ・勤務先(郵便番号、住所、電話番号):
- ・メールアドレス:
- ・スーパービジョンを受けるための個人 CBT の実施が可能かどうか:
- ・職場の上司の推薦が得られるかどうか:
- ・懇親会 参加希望の有無:
- ・その他、連絡事項:

- 申込時には推薦者(職場の上司)が必要となります。受講決定通知後、推薦者の署名捺印のある推薦状を提出いただきます。なお、ご自身が所属長の場合には推薦状は不要です。
- 何らかのご事情で推薦状をご用意いただけない場合には、勤務証明等ご所属を証明できる書類をご提出ください。また、その旨を事務局までメールにてご連絡ください。
- 本研修は、①うつ病の認知療法・認知行動療法ワークショップ(2日間)、②セッションの録音に基づくスーパービジョン(16セッション)、③ブラッシュアップのためのワークショップで構成しております。つきましては、スーパービジョンを受けるために、うつ病成人患者に対して個人 CBT を実施できる方に限らせていただきます。
- 本研修事業(①うつ病の認知療法・認知行動療法ワークショップ、②セッションの録音に基づくスーパービジョン、③ブラッシュアップのためのワークショップ)の受講が済んだ方の氏名、所属、職種、所属連絡先(住所、電話番号)を厚生労働省へ報告します。  
また、厚生労働省の依頼により都道府県の子精神保健福祉センター等へ参加者リストを送付し、各地域においてご活用いただいております。参加者リストの提出につきましては、上司のご了承をいただいでください。

## 5. 受講決定通知

受講の可否ならびに参加詳細は、メールにて折り返しご連絡いたします。

## 6. その他

昼食、宿泊については、用意ご案内がございませんので、各自でご準備いただくようお願いいたします。

## 7. ブラッシュアップワークショップ

スーパービジョンが済んだ方を対象に、ブラッシュアップワークショップを行います。日程や場所等については、該当者へ追ってご連絡いたします。

**【問い合わせ先】**

認知行動療法研修開発センター内

平成 25 年度厚生労働省認知行動療法研修事業 事務局

問い合わせ用メール: kenshu@cbtt.jp

URL: <http://cbtt.jp/studyandtraining/>

## うつ病の認知療法・認知行動療法ワークショップスケジュール【案】

【1日目】10:00-17:30

	分	内容
10:00-10:30	30	アンケート
10:30-11:50	80	ご挨拶 CBTの全体像の解説
11:50-12:00	10	休憩
12:00-13:00	60	コミュニケーションスキル(演習:2人組)
13:00-14:00	60	昼食
14:00-15:30	90	ソクラテス式問答(演習:3人組)
15:30-15:45	15	休憩
15:45-17:30	105	症例の概念化(講義・演習:小グループ)

【2日目】10:00-17:00

時間	分	内容
10:00-11:30	90	行動活性化(演習:3人組)
11:30-12:00	30	認知再構成法の解説
12:00-13:00	60	昼食
13:00-14:00	60	認知再構成法 3つのコラム(解説・演習 3人組)
14:00-15:00	60	認知再構成法 7つのコラム(解説・演習 3人組)
15:00-15:15	15	休憩
15:15-16:15	60	問題解決技法
16:15-16:45	30	終結・再発予防 スーパービジョンの進め方の解説
16:45-17:00	15	質疑応答・まとめ アンケート

## ワークショップ東京会場（FORUM 8）



住所 東京都渋谷区道玄坂 2-10-7 新大宗(しんたいそう)ビル FORUM8

問合せ電話番号 03-3780-0008

最寄り駅 渋谷駅（JR 山手線、銀座線、半蔵門線、京王井の頭線）から徒歩 5 分

### ■渋谷駅ハチ公口から徒歩で来場する場合

ハチ公口よりシブヤ 109 方向に進む。シブヤ 109 を右手に渋谷シネタワー(映画館)を左手に見ながら道玄坂を 4 分程登る（当ビル 1 階は Y' S ROAD というスポーツサイクルショップ）。

## ワークショップ広島会場（広島大学）

### ●JR 広島駅（南口）から

広電バス5号線 大学病院行き 終点大学病院で下車（所要時間約 15 分）

タクシーで約 10 分

〒734-8551 広島市南区霞 1-2-3

