

認知行動療法セミナー2024 in 金沢

# 市民公開講座のお知らせ

2024年

11月2日(土) 10:00-11:30 (9:30開場)

参加費  
無料

会場 金沢歌劇座 大集会室

〒920-0993 石川県金沢市下本多町6番丁27番地

認知行動療法 (CBT) は、世界的に有名な心のケアの方法です。

認知行動療法を「心の常備薬」として多くの方に知っていただくために、市民公開講座を開催します。当日は認知行動療法の研究と実践でご活躍されている講師が、認知行動療法についてやさしくご紹介します。ぜひご参加ください。

## 日常的なストレスから トラウマまでのトータルケア -常備薬としてのCBT-

講師：伊藤 大輔 (兵庫教育大学)



参加費：無料

申込メ切：10月25日(金)

定員(先着順)：90名

お申し込み方法

※同日に専門家向け研修(有料)も開催されます。 下記のURLまたは右のQRコードから  
詳細は下記のURLまたは右のQRコードから 特設ホームページにアクセスして  
ご確認ください お申し込みください



お問い合わせ

認知行動療法セミナー2024 in 金沢 準備委員会事務局  
Email : jabct\_seminar2024@cs-oto.com

特設ホームページ

<https://sites.google.com/view/jabctseminar-2024kanazawa>