

CBT『認知行動療法』を用いた プログラム発表会のご案内

『森林セラピー×カウンセリング』

森林セラピーとは森林浴がもたらす生体反応を、①唾液中のストレスホルモンや心拍変動、②血中の抗ガンタンパク質の変化などで読み取り、森の効果を解明する医学的なエビデンス(証拠)に裏付けされた森林浴効果をいい、森の中で行う認知行動療法を用いたカウンセリングプログラムはうつ病の予防に最適のプログラムです。

～人事・総務・経営者の皆様に朗報～

【特徴】このプログラムは、熟睡できない、カラダがだるい、イライラする、ネガティブ思考、やる気が出ない等その他うつ病の初期症状を感じる方の為の短期改善プログラムです。

日時：平成24年11月21日（水） 14:00～

場所：本町ビジネスセンター 大阪府大阪市中央区本町2-3-4
アソルティ本町 5F B室

参加費：無料

《アクセス》：地下鉄御堂筋線「本町駅」徒歩5分
地下鉄堺筋線「堺筋本町駅」徒歩3分

〈第一部〉

時間：14:00～16:00

内容：『森林セラピー×カウンセリング』

プレゼンター：JBM心理科学総合学院 学院長 田中 正晃

コメンテーター：

NPO法人高島トレイルクラブ 副代表理事 村田 浩道

司会・コーディネーター：

(株) 淡海環境デザイン 代表取締役 姜 永根



〈第二部〉

時間：16:10～17:00

内容：『企業防衛について』

コメンテーター：まごころ小額短期保険株式会社

代表取締役 五十川 純

- 【主催】特定非営利活動法人付属 JBM心理科学総合学院
- 【共催】NPO法人高島トレイルクラブ
- 【共催】株式会社 淡海環境デザイン
- 【協力】帝塚山大学大学院産業心理臨床領域 所属(株)リマインド代表 枚田 香
- 【後援】まごころ小額短期保険株式会社

《申し込み用紙》

会社名		部署		担当	
所在地					
連絡先		FAX			
E-mail		参加人数			

お申込FAXはこちら⇒**FAX06-6266-0347**
お問い合わせ⇒TEL06-6266-0345 JBM心理科学総合学院