

# 生活の中の 困難を 解決する チカラ



## 認知行動療法の 最新事情



# 大野裕先生

認知行動療法研修開発センター理事長

第六十回こんぼ亭

**大野裕先生** 認知行動療法の第一人者。ストレスを感じると悲観的に考えがちになりますが、そうした考え方のバランスを取り、地に足のついた現実的でしなやかな考え方を伝えて続けています。

事前申込み 当日参加 事前申込締切日  
賛助会員 2000円 賛助会員、一般ともに 3500円 10月11日(金)  
一般 3000円

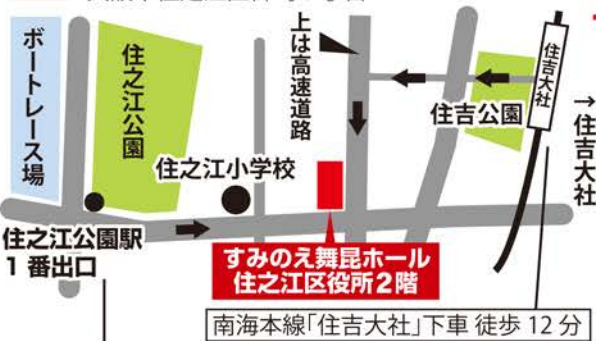
2019  
**10/19** 土



**会場 すみのえ舞昆ホール**

まいこん  
大阪市住之江区御崎3丁目 1-17

12:30開場 13:00~16:00 30分程度延長する場合があります



南海本線「住吉大社」下車 徒歩 12分  
Osaka Metro 四つ橋線「住之江公園」1番出口 徒歩 12分

### お申し込み方法

- 参加費を郵便局の青い振り込み用紙でお振り込み下さい。  
口座番号 00280-4-116662 加入者名 こんぼ亭
- お名前・御住所・電話番号・イベント名を、ハガキ、電話、ファックス、メール (comhbotei@gmail.com)、のいずれかでご連絡下さい。
- ネット申し込みもできます。ネット申し込みはコンビニカレジットカード払い。https://comhbotei60.peatix.com  
お振り込み後に返金ができませんのでご注意下さい。

お問い合わせ ☎ **047-320-3870**  
272-0031 千葉県市川市平田3-5-1 トノックスビル2F 認定NPO法人コンボ



亭主 伊藤順一郎からのメッセージ

大野裕先生からのメッセージ  
認知行動療法は、医療場面はもちろんのこと、それ以外の多くの領域でストレス対処法として活用されています。それは、認知行動療法のスキルが、私たちが意識しないで使っている対処法をわかりやすくまとめたものだからです。そこで今回は、私が精神科医になった背景や認知行動療法との出会いを紹介しながら、認知行動療法の基本と、それを日常生活や職場、教育現場、保健領域でどのように活用できるかについて説明したいと考えています。

2011年4月から8年間こんぼ亭の亭主を務めてまいりましたが、2019年12月のこんぼ亭をもちまして、後進に道を譲ることいたしました。大阪での公演で亭主を務めるのはこれが最後となり、長年の応援ありがとうございました。



# FAX 047-320-3871

〒272-0031

千葉県市川市平田 3-5-1-2 F コンボ

## すみのえ舞昆ホール(住之江区役所2階)最寄り駅のご案内

### 地下鉄四つ橋線ご利用の場合

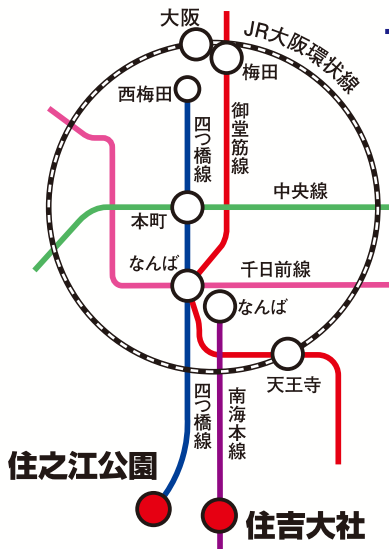
●地下鉄「住之江公園駅」から徒歩 10～15分

「住之江公園駅」1番出口を出て左手に護国神社、住之江公園を見ながら、そのまま住之江通りを東へ進む。消防署、住之江小学校を通過し、しばらく直進すると、左手に舞昆ホール(住之江区役所2F)に到着。

### 南海本線ご利用の場合

●南海本線「住吉大社駅」から徒歩 10～15分

「住吉大社駅」改札を出て、右手側の階段を降りショップ南海を直進すると高架下の道路に出る。ロッテリア先の住吉公園に入り、そのまま直進。大通り(国道26号線)を渡り「住吉高燈籠」を右手に見ながら進むと高速道路が見えてくる。その高架下を渡って左折しそのまま高架沿いを約400m進み舞昆ホール(住之江区役所2F)に到着。



## こんぼ亭 参加申込み票

定員に達した段階で受付  
が締めきりになります。



開催日  
2019年  
10月19日(土)

事前申込締切日  
2019年  
10月11日(金)

### 生活の中の困難を解決するチカラ ～認知行動療法の最新事情～

お名前	ふりがな		
ご所属			
賛助会員番号 (コンボ賛助会員の方)	「こころの元気+」送付の封筒の宛名に記載されているID番号(わからない場合は書かなくても結構です)		
連絡先区分	自宅	勤務先	その他( )
ご住所	〒 都・道 府・県		
電話番号			ファックス番号
領収証 必要 <input type="checkbox"/>	領収書の宛名 (必要な方のみ)		●領収書をご希望いただいた方には、当日会場でお渡しいたします。
E-mail :	<input type="checkbox"/> コンボお知らせメール便に <input type="checkbox"/> 登録する <input type="checkbox"/> 登録しない		

無料

イベントやTV番組などの情報をお届けする「コンボお知らせメール便」にぜひ登録ください!  
お知らせメール便は、パソコンか携帯電話にEメールで送るメールマガジンです。

お申し込み方法

- ① はじめに、参加費を郵便局の青い払込取扱票(振り込み用紙)でお振り込みください。  
口座記号・口座番号…00280-4-116662 加入者名…こんぼ亭 通信欄…「〇月〇日のこんぼ亭参加希望」
  - ② 次に、お名前・ご住所・電話番号・ファックス番号・メールアドレス・コンボの賛助会員は会員番号・イベントの題名(〇月〇日のこんぼ亭)を、ハガキ、電話、ファックス、メール (comhbotei@gmail.com) のいずれかでご連絡ください。
  - ③ ①と②が確認できましたら、参加券(ハガキ)をお送りしますので、当日ご持参ください。お振り込み後に参加費は返金ができませんので、ご注意ください。お一人様1枚でお申し込み下さい。(複数人数の場合は、人数分コピーをお願いします)
- インターネット申込みもできます(コンビニクレジットカードでのお支払い)。下記 URL からお申し込み下さい。  
<https://comhbotei60.peatix.com> 入金を確認されましたら、参加券(ハガキ)をお送りします。