

財団法人パブリックヘルスリサーチセンター
2012年度ストレス科学シンポジウム

第3弾

うつにならない

～毎日を楽しく過ごすための工夫～

日時:2013年3月16日(土) 13:00～17:00

会場:早稲田大学 国際会議場 井深大記念ホール

参加費:無料 **先着 450名**

●お申し込み方法は裏面をご覧ください

プログラム

13:00～13:10 開会の辞

青木和夫(財団法人パブリックヘルスリサーチセンター ストレス科学研究所所長
日本大学大学院理工学研究所医療・福祉工学専攻)

13:10～14:00 「肩の力を抜いて」

渡辺 登 (日本大学医学部精神医学分野 教授
駿河台日本大学病院 精神神経科 部長 兼務)

14:00～14:50 「小さなストレスをためないための

セルフ・モニタリング法」

嶋田洋徳 (早稲田大学人間科学学術院 教授)

15:10～16:00 「ストレス一日決算主義のすすめ」

山本晴義(横浜労災病院 勤労者メンタルヘルスセンター センター長)

16:00～17:00 パネルディスカッション

司会 村上正人

(財団法人パブリックヘルスリサーチセンター ストレス科学研究所副所長
日本大学板橋病院 心療内科部長)

主催: 財団法人パブリックヘルスリサーチセンター

2013年

3/16

(土)

うつ病（躁うつ病を含む）の患者数が100万人を超えたことが、2009年度の厚生労働省の調査で明らかになっており、その数は衰えを知りません。うつ病のきっかけは多くの人が経験するストレスであり、今や誰もがなり得る病気と言えます。

財団法人パブリックヘルスリサーチセンター附属ストレス科学研究所が主催する本シンポジウムでは、うつ病臨床の第一人者の先生方から、うつ病の予防について最新の知見をお話いただきます。この貴重な機会に、予防の正しい知識を身につけましょう。

講師プロフィール

- **渡辺 登（わたなべのぼる）** 日本大学医学部精神医学分野教授/駿河台日本大学病院精神神経科部長
1976年日本大学医学部卒業。1980年日本大学大学院（精神医学）修了。医学博士。
国立精神衛生研究所研究員、厚生省保健医療局精神保健課併任、国立精神・神経センター研究室長、日本大学医学部精神医学分野講師、助教授などを経て2007年から日本大学医学部精神医学分野教授。専門は職場不調症、うつ病。
- **嶋田洋徳（しまだ ひろのり）** 早稲田大学人間科学学術院 教授
1996年早稲田大学大学院人間科学研究科健康科学専攻修了、博士（人間科学）取得。広島大学総合科学部助手、新潟大学人文学部講師、同助教授、早稲田大学人間科学部助教授などを経て、2008年より早稲田大学人間科学学術院教授。専門は行動臨床心理学、認知行動療法、健康心理学。
- **山本晴義（やまもと はるよし）** 横浜労災病院 勤労者メンタルヘルスセンター センター長
1972年東北大学医学部卒業。内科・精神科の研修をし、1976年東北大学病院心療内科助手、呉羽病院心療内科部長、梅田病院院長を経て、1991年横浜労災病院心療内科部長。2001年より現職。医学博士。神奈川県立保健福祉大学非常勤講師。文京学院大学非常勤講師を兼任。「ストレス一日決算主義」を提唱し、年間230回の講演。「走る心療内科医」として、100kmウルトラマラソンを完走。

◆お申し込み方法

受付期間：2013年1月15日（火）
～2013年3月11日（月）

代表者氏名（同行者人数）、ご連絡先（電話番号）を明記の上、電話、メール、FAXにて下記までお申し込み下さい。

◆お申し込み先・お問い合わせ先

（財）パブリックヘルスリサーチセンター
東京都新宿区西早稲田 1-1-7

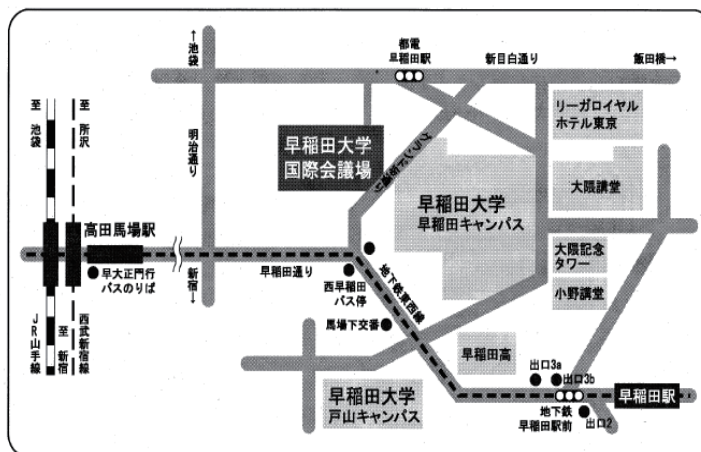
TEL：03-5287-5070

電話でのお申し込み：平日 9:00～17:00

FAX：03-5287-5072

E-mail：info@phrf.jp

◆会場 早稲田大学 国際会議場 井深大記念ホール



会場住所：東京都新宿区西早稲田 1-6-1 18号館 総合学術情報センター内

東京メトロ東西線「早稲田」駅 3A または 3B 出口より徒歩 10分

JR山手線・西武新宿線「高田馬場」駅から都営バス「西早稲田」下車徒歩5分