



精神科医



心理師



当事者

「どうしたらうつ病・双極症から回復するの？」

～心の病気のプロ達と当事者に聞くQ&A対談～

岡本 章宏

医療法人 嶺南こころの病院 理事長

嶺南こころの病院理事長として経営にかかわる隙間を縫って、患者に有益な認知行動療法について病院スタッフとともども研鑽を積み、勉強会・研修会などを積極的に開催している。

精神保健指定医、精神保健判定医、日本精神神経学会専門医・指導医、日本医師会認定産業医

西川 公平

CBTセンター/（一社）CBT研究所 代表

元々精神科、心療内科のクリニックに勤務し、薬物療法が著効しない患者に対して認知行動療法を行ってきた。

2005年にCBTセンターを開業以来、医療、産業、教育司法と分野をまたいで連携している。また、多くの教育・研修事業も行っている。

公認心理師、専門行動療法士、認知行動療法スーパーバイザー、産業カウンセラー、医学博士

松浦 秀俊

双極はたらくラボ編集長/株式会社リヴァ 支援員

双極性障害で働くヒントが見つかるWebメディア「双極はたらくラボ」編集長。

うつや双極症での休職・離職者支援「リヴァトレ」で支援員をして10年。双極性障害Ⅱ型の当事者。

『働きたいと望む双極性障害の人が自分らしく働ける社会の実現』を目指す。

精神保健福祉士、公認心理師

対談動画はYouTube公開予定！！

1

精神科医×公認心理師

2

当事者×公認心理師

うつ病と双極性障害の治療について質問を募集しています。回答者たちはこれまで、服薬、心理療法、リハビリテーション、休職・復職などを効率的に進めていくために、様々な工夫をしてきました。

うつ病や双極性障害に困っている方、その周りの方々、気軽に質問してみてください。改善のきっかけとなるかもしれません。

松浦先生とのコラボ企画も行います！「双極性障害と認知行動療法 仕事編」でチェック！

【質問方法】 下記URLまたは右のQRコードからご入力ください。
<https://cbtcenter.jp/event/?itemid=2785&catid=21>

【参加費】 無料
【お問合せ】 case@cbtcenter.jp

【主催】 一般社団法人CBT研究所
【共催】 医療法人 嶺南こころの病院、株式会社リヴァ、一般社団法人CBTを学ぶ会
【協賛】 CBTセンター

