

# CONTENTS

第 1 回  
2024.02.10

## 大学生のメンタルヘルス・自殺予防対策について

講師 白鳥 裕貴 氏 筑波大学医学医療系臨床医学域精神医学 講師 / 筑波大学保健管理センター精神科

## 認知行動療法を使ってこころを整える

講師 大野 裕 氏 認知行動療法研修開発センター 理事長 / ストレスマネジメントネットワーク大野研究所 代表 / 国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター 顧問

第 2 回  
2024.02.24

## 若者のためのメンタルヘルスリテラシー ～北海道大学での自殺対策～

講師 橋本 直樹 氏 北海道大学大学院医学研究院神経病態学分野精神医学教室 准教授

## 若者のメンタルヘルス事情

講師 工藤 喬 氏 大阪大学キャンパスライフ健康支援・相談センター センター長  
大阪大学大学院医学系研究科精神健康医学 教授