

兵庫県こころのケアセンター 特別研修 募集のご案内

「持続エクスポージャー療法入門ワークショップ」

1 日 時 事前学習：令和8年11月13日（金）～11月26日（木）の期間で動画視聴

※動画は、4本4時間程度です。原則として、WEB開催前に視聴してください。また、復習用に研修期間が終了するまで、視聴できます。

WEB 開催：令和8年11月27日（金） 9時30分～17時30分（7時間）

対面開催：令和8年12月11日（金） 9時30分～17時30分（7時間）

12月12日（土） 9時30分～17時30分（7時間）

2 プログラム内容

トラウマと PTSD（心的外傷後ストレス障害）は、自然災害、戦争、犯罪、性暴力、虐待などによって引き起こされます。日本では、大規模災害後の被災者の PTSD が注目を集めてきました。また、私たちの調査では、一般精神科外来通院中の患者の 9 割近くがトラウマ体験を有しており、その半数が PTSD のハイリスク群に該当していることも明らかになりました（田中, 2021）。

様々な PTSD の治療法の中でも、最もエビデンスが集積しているものの 1 つが、持続エクスポージャー療法（PE）です。この治療法は、患者が過去のトラウマを安全な環境で繰り返し想起し、徐々にその恐怖や苦痛を軽減することを目指します。通常、8～15 回のセッションで構成されます。主な治療要素は以下の通りです。

- ・心理教育（Psychoeducation）－PTSD の仕組みや治療の目的を説明し、患者が安心して治療を受けられるようにします。
- ・呼吸法の訓練－リラクセス技法を習得し、治療中の不安を軽減します。
- ・現実エクスポージャー（In Vivo Exposure）－回避している場所や状況に段階的に直面することで、恐怖を軽減します。
- ・想像エクスポージャー（Imaginal Exposure）－トラウマ体験を詳細に語り、繰り返し想起することで、感情の処理を促進します。

本研修は、ペンシルバニア大学不安障害治療センター公認 PE 入門ワークショップです。4 日間のハイブリッド型研修（オンライン＋対面）で、講義、実習、事例提示などを通じて、PE の理論的背景と実践の手続きを学びます。本研修を修了したのち、2 例のスーパービジョンを受けることにより、PE 治療者認定を受けることができます。

講 師

田中 英三郎（東京）

東京大学 相談支援研究開発センター 教授、精神科専門医、指導医、精神保健指定医、博士（医学）、PE 認定トレーナー、コンサルタント、治療者。

中山 未知（東京）

カウンセリングルーム サードプレイス臨床心理士、公認心理師、博士（Life Science）、PE 認定コンサルタント、治療者、CARE シニアトレーナー、STAIR/NT 認定セラピスト

大友 理恵子（北九州）

カウンセリングルーム rtam 代表、公認心理師、精神保健福祉士・社会福祉士、PE 認定コンサルタント、治療者、自我状態療法国際認定資格、STAIR/NT 認定スーパーバイザー

3 対 象 者：医師、心理職、精神保健福祉士、看護師、保健師など。

4 定 員：25名

5 受講料：50,000円

- ・対面開催の日に研修資料と併せて、振込取扱票をお渡ししますので、令和9年1月12日（火）迄に、お支払いください。
- ・請求書払いをご希望の場合も、同じく対面開催の日に、研修資料と併せて請求書をお渡ししますので、令和9年1月12日（火）迄に、お支払いください。
- ・振込取扱票及び請求書のいずれも、振込手数料は申し込みをされた方にてご負担願います。
- ・なお、事前学習が開始された11月13日（金）以降に研修を辞退された場合は、理由の如何に拘わらず、受講料は承りますのでご注意ください。

6 申し込み方法

- ・下記申込フォームからお申し込みください。
 - ・申込者多数の場合は、抽選で受講者を決定。（受講申し込みの状況によって、申込締切日より前に締め切る場合あり）
 - ・受講の可否については、10月20日を目処にお知らせします。
 - ・電話、FAXでの申し込みはできません。
- 【申込フォーム】 下記URLまたは右の二次元コードよりお申し込みください。

https://www.j-hits.org/form/special-training_r08_5/



7 申し込み期限

令和8年10月9日（金）17時

8 注意事項

- ・参加にあたっては、WEBの場合は、受講者以外の方が周りにいない環境（職場の会議室など可能な限り個室）での参加をお願いします。
- ・必ずパソコンからご参加ください。スマートフォンやタブレット等からの参加はできません。
- ・受講者の顔が見える状態（カメラ機能が使用可能）での参加をお願いします。
- ・研修内容は、一部変更の可能性があります。

対面開催会場

兵庫県こころのケアセンター（神戸市中央区脇浜海岸通 1-3-2）

※阪神「春日野道」駅から徒歩約8分 ※会場へのお車での来場はご遠慮ください。

問い合わせ先

（公財）ひょうご震災記念21世紀研究機構 兵庫県こころのケアセンター 研修情報課

〒651-0073 神戸市中央区脇浜海岸通1丁目3-2

TEL：078-200-3010 Eメール：kensyu@j-hits.org



公益財団法人 21世紀文明の創造をめざして
ひょうご震災記念21世紀研究機構
Hyogo Earthquake Memorial 21st Century Research Institute