

アンガーマネジメントを学ぼう

～イライラをプラスのエネルギーに～



講師：一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会
アンガーマネジメントコンサルタント
青木 智美 氏

第1回
定員20名

「イライラと上手に付き合うアンガーマネジメント」
日時：令和3年2月13日（土）13：00～14：30
場所：とかちプラザ 大集会室（帯広市西4条南13丁目1）

第2回
定員20名

「アンガーマネジメントを学んで伝え上手になろう」
日時：令和3年2月20日（土）13：00～14：30
場所：とかちプラザ 講習室401（帯広市西4条南13丁目1）

●どちらか一つのみ受講も可 ●参加費無料 ●マスク着用必須

【参加対象者】

- ・福祉職場への就業に興味のある方
- ・福祉人材バンクに求職登録している方
- ・講習内容に興味のある方 など

アンガーマネジメントとは？

1970年代にアメリカで生まれたとされている
怒りの感情と上手に付き合うための心理教育、
心理トレーニングです。

アンガーマネジメントに
興味のある方ならどなたでも
ご参加いただけます

参加希望の方はお電話にて
お申込みください

お申込み・お問合せ

社会福祉法人 帯広市社会福祉協議会 帯広市福祉人材バンク

電話 0155-27-2525

ホームページ <http://www.obihiro-shakyo.jp/>