

令和元年 11 月 26 日 協働文化推進課

令和元年度神奈川県・寒川町 男女共同参画連携推進事業

アンガーマネジメント講座

～仕事や家庭・地域で役立つ、怒りの感情との上手な付き合いかた～

仕事、家事、育児、介護と忙しい毎日。イライラしてしまうことや怒ったあと、後悔することはありませんか。アンガーマネジメントは怒りに振り回されず後悔しない選択をするための心理トレーニングです。職場や家庭・地域などさまざまな場面で役立ちます。

講師：宇都宮 弘子氏

(アンガーマネジメントファシリテーター®)

日時：令和 2 年 1 月 18 日 (土曜日)

午後 1 時 30 分～午後 3 時 (開場：午後 1 時)

場所：寒川町民センター展示室 1

定員：30 名 (申込制・先着順、12 月 2 日 (月曜日) から受付開始)

参加費：無料

託児：1 歳以上就学前児童 5 名まで (申込制・先着順、1 月 7 日 (火曜日) までに申込、申込時お子様の氏名 (ふりがな)・性別・年齢を確認)

手話通訳：1 月 7 日 (火曜日) までに申込



申込方法：協働文化推進課に直接又は電話、ファックス、メールにて申込
(氏名、住所、電話番号、託児、手話通訳希望の有・無を記入)

主催：寒川町

共催：かなテラス (神奈川県立かながわ男女共同参画センター)

問い合わせ先

町民部 協働文化推進課 課長 池田 雅之 ☎0467(74)1111 内線 270