

日々にいかす アンガーマネジメント

日時：平成29年6月11日（日）
10:30~12:30

講師：安井けい子（パステルカラー代表）
（一社）日本アンガーマネジメント協会ファシリテーター
（一社）産業カウンセラー協会認定産業カウンセラー

会場：西川アイプラザ 4階会議室

対象：一般の方，企業にお勤めの方

定員：20名

参加費：3,000円（当日精算）



アンガーマネジメントとは、いろいろな怒りと、上手に付き合い、受容し表現することです。

誰にでもあるいろいろな怒りの感情。その下には、大切な「こころ」が隠されています。また、この感情は、自分を成長させる原動力にもなるのです。

体感しながら学び、日々の生活に取り入れてみませんか？

申込方法：

平成29年6月1日（木）までに、西川アイプラザ3階総合事務室へ、下記申込書をご持参いただくか、FAXにてお送りください。

西川アイプラザ

岡山市北区幸町 10-16

電話：086-234-5877

FAX：086-224-6696

主催：西川アイプラザ 指定管理者 クラレテクノ株式会社

開館時間：午前10時～午後8時

（土・日 午前10時～午後6時）

休館日：月曜・第二日曜・祝日

ハーブティーで
リラックスタイム
もあります！

「日々にいかすアンガーマネジメント」申込書

ふりがな 氏名	
住所	
電話番号	