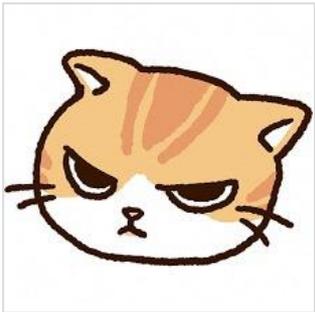


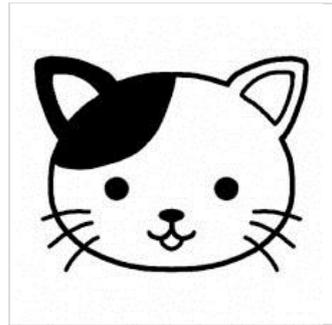
# 怒りを上手に伝えよう！

～職場や家庭でイライラしないために

保育有り



「怒り」を理解し、コントロールできるようになれば、人間関係が円滑になります。イライラや怒りの対処法・上手な怒りの伝え方を、演習やミニゲームなどを交えて楽しく学びます。



**講師**  
**南 美詠子 氏**

日本アンガーマネジメント協会  
シニアファシリテーター。  
職業訓練校にてビジネス  
コミュニケーション研修を担当。  
女性だけでなく、男性からも  
好評を得ている。

**2018年2月25日(日)**  
**午後2時～4時**

**東久留米市役所 7階704会議室**

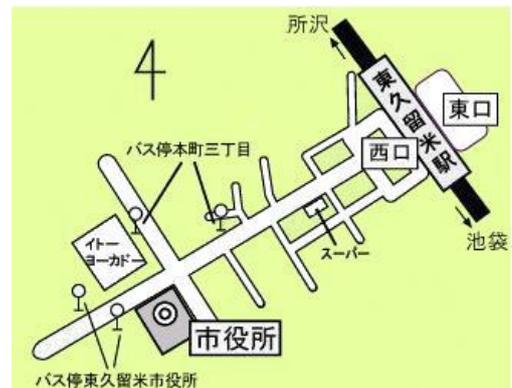
◇定員 30名、 ◇参加費 **無料**

◇申込期間 2月1日(木)～

●保育あり (2才～未就学児/定員5名)  
2月9日(金)までに要予約

【企画・運営】 男女平等を進める市民の会かりん

【主催】 東久留米市男女平等推進センター



申込み・問合せは Tel.042-472-0061

または直接東久留米市男女平等推進センター(東久留米市役所2階)へ