

イライラを笑顔に変える アンガーマネジメント講座

仕事や家庭・人間関係でイライラ・モヤモヤしていませんか？
「怒り」で後悔しないための誰もができる心理トレーニングを学んで
笑顔の毎日を過ごしましょう。



2019年11月9日(土) 10:00~15:00

- アンガーマネジメントとは？
- 怒りの原因と発生機序
- 知っておきたい3つの暗号
- 怒りの対処法いろいろ
- 怒りの体質改善いろいろ
- 家庭や職場で使える褒め方・叱り方
- 笑顔になれるホスピタリティを知ろう



★講師 Omage-オマージュ代表 アンガーマネジメントファシリテーター **とみさわ 富沢** **みわこ 三輪子**

- 場 所 : パルティ とちぎ男女共同参画センター
- 主 催 : (公財)とちぎ男女共同参画財団
- 対 象 : 女性
- 受 講 料 : 2,000円
- 一時保育 : お子さん1人につき1回500円 (満1歳以上の未就学児)
- 申込締切 : 10月8日 (火)
- 定 員 : 30名
(定員を超えるお申込みの場合は抽選となります。締切日から1週間程度で抽選結果を郵送します。)

●お問合せ・お申込みは 電話、ファックス、ホームページから

パルティ とちぎ男女共同参画センター (月曜・祝日休館)
〒320-0071 宇都宮市野沢町4-1 (公財)とちぎ男女共同参画財団

電話: 028-665-7706 (お問い合わせ時間 午前9時~午後5時)

FAX: 028-665-7722 HP: <http://www.parti.jp/>

携帯電話からの
お申込はコチラ



講師プロフィール

Omage ～オマージュ～代表 接遇コンサルタント アンガーマネジメントファシリテーター
 富沢 三輪子 (とみさわ みわこ)

正看護師として、神戸市立中央市民病院に入局。看護師として経験を積んだ後、全日空に入社し、客室乗務員として乗務。ファースト客室乗務員の資格を取得し、チーフパーサーとして勤務。結婚・出産・難病を経験し、社会的なホスピタリティ（思いやり・心からのおもてなし）の必要性を強く感じ、接遇コンサルタントとして独立。顧客満足度の向上に、接客者の感情のコントロールは不可欠と、アンガーマネジメントファシリテーターの資格を取得。看護師・客室乗務員・また、難病経験を活かした研修を積極的に展開中。



携帯電話からの
お申込みはこちら→



R1パーティキャリア塾 I イライラを笑顔に変えるアンガーマネジメント講座 FAX : 028-665-7722		
① ふりがな		昭和・平成
② お名前		③ 生年 年生 まれ
⑤ パルティ講座へのお申込みは	初めて	以前にもある
⑥ ご住所 (必須)	〒 _____	
⑦ お電話 (必須)	—	—
⑧ 携帯	(一時保育利用の場合必須) —	
⑨ FAX	—	—

⑩ 一時保育 (〇で囲んでください)	一時保育を 【 希望する ・ 希望しない 】
	●希望する方はお子さんの人数とお名前・年齢を記入ください … 人数: _____ 人
	(ふりがな) お名前 _____ 年齢・月齢・性別 : _____ 歳 _____ ヶ月 (性別: _____) 生年月日: 平成 _____ 年 _____ 月 _____ 日
	(ふりがな) お名前 _____ 年齢・月齢・性別 : _____ 歳 _____ ヶ月 (性別: _____) 生年月日: 平成 _____ 年 _____ 月 _____ 日

その他	
-----	--

※申込時にいただいた個人情報講座に関するご連絡やセミナーのご案内以外の目的には使用いたしません