

# 怒りのコントロール法 「アンガーマネジメント」

～パワーハラスメントにならない伝え方～

1970年代にアメリカで生まれた  
怒りの感情と上手に付き合うための心理トレーニング  
『アンガーマネジメント』

**“部下や後輩とちゃんと向き合えていますか？”**

お互いの人権を尊重し、ハラスメントのない職場・社会  
を目指すため、  
上手な伝え方の**コツ**を演習しながら学びます。

- 日時： 令和7年11月19日(水) 13:30～16:30 (3時間)
- 場所： 広島県情報プラザ 2階 視聴覚研修室  
〔広島市中区千田町3丁目7-47〕
- 対象者： 部下や後輩への上手な指導につなげたい方、より良い人間関係を築きたいと思っている方 (全階層)
- 講師： 松永 佳世子 氏 [(株)K・mind 代表取締役]  
[日本アンガーマネジメント協会認定  
アンガーマネジメントハラスメント防止アドバイザー  
アンガーマネジメント叱り方トレーナー]

■内容：

## 【アンガーマネジメントとは】

- 怒りの正体とは
- 怒りが生まれるメカニズム
- 怒りの感情のコントロール法
- 叱ることのメリットとデメリット
- ハラスメントにならない上手な伝え方



■ 定 員 30人

■ 受 講 料 1人当たり**会員 5,000円**・**会員外 10,000円**（消費税込み）

《 同時入会もできます。詳しくは、お電話にてお尋ねください。》

■ 申込み方法

(1) お申し込みにあたっては、お手数ですが、お電話で空き状況をご確認ください。その後、受講申込書(ダウンロード)に必要事項をご記入のうえ、当協会あてにメール又はFAXでお申し込みください。

(2) 受講料は、申し込み確認後に請求書をご送付しますので、下記の指定銀行に振り込んでください。

「銀行振込受取書」をもって「領収書」に代えさせていただきます。なお、振込手数料は貴社にてご負担くださいますようお願いいたします。

納入後、原則として返還できませんので、あらかじめご了承ください。

(3) 受講料の入金確認後、開催日の1週間前頃にメールにて受講票をお送りします。

※申込締め切り後も定員に空きがある場合、随時受付いたします。お気軽にお電話ください。

■ 振 込 先 広島銀行 県庁支店 普通預金 NO.0591467 口座名：広島県職業能力開発協会

■ 申込み期限 令和7年10月29日（水）

■ お申し込み・お問い合わせ先

広島県職業能力開発協会 総務課 TEL(082)245-4020 FAX(082)245-4858  
〒730-0052 広島市中区千田町3-7-47 広島県情報プラザ5階  
<https://www.hirovada.or.jp> メール:syokunou@hirovada.or.jp

令和7年度セミナー 怒りのコントロール法『アンガーマネジメント』 申込書

事業所名		所在地			
		〒 -			
		TEL		FAX	
業種	従業員数	申込み責任者氏名		所属・役職名	
※ 当協会の会員の確認		ご連絡先(メールアドレス)			
協会会員 会員外					
受講者氏名 (フリガナ)	年齢	性別	受講者氏名 (フリガナ)	年齢	性別

申込書の「※」欄については、該当する項目に○を付けてください。

受講申込書の個人情報、セミナー実施業務に利用し講師以外の第三者に開示・提供することはありません。