

トリーセツ 怒りの取扱説明書

～怒りと上手に付き合う方法～



長引くコロナ禍で、どこにぶつけていいのかわからない怒りを持って余しながら生きている私たち。怒りに振り回されて行動し、後で後悔しないためにはどうしたらよいのでしょうか。怒りの正体を知り、自分の感じ方の癖を知ることで「怒りに振り回されない生き方」をめざしましょう。

日時 **2022年1月23日(日)** 13:30～16:30 **参加費無料**

会場 生涯学習センター3F 大研修室

対象 地域活動をしている方、または興味がある方

定員 30人（応募多数の場合抽選）

講師 三好 良子 さん

（人材育成コンサルタント、日本グループワーク・トレーニング協会理事長）

主催：千葉市生涯学習センター < 申込締切：12月24日(金) 必着 >

～ FAXでお申し込みされる方は、
切らずにこのままお送りください ～



参加申込書 FAX 043-207-5817

怒りの取扱説明書～怒りと上手に付き合う方法～

に参加申し込みします。

(ふりがな) 氏名	性別	年齢
住所 〒	—	
TEL	FAX(結果をお知らせできる番号)	

* 講師紹介 *

三好 良子
(みよしりょうこ) さん

日本GWT(グループワーク・トレーニング)協会理事長・人材育成コンサルタント・人間関係士・産業能率大学総合研究所講師。

“人間教育・人材育成に携わる『人間関係士』”として日本でもパイオニア的存在。自治体・企業・福祉・地域・学校・団体・生涯学習のための“人間関係学”や能力開発の講師として、全国で講演・研修等に従事する。



(交通) ○JR千葉駅から徒歩8分
○千葉モノレール千葉公園駅から徒歩5分

★申込方法

下記の必要事項をご記入の上、**往復はがき・FAX・Eメール** いずれかの方法でお申込みください。

①希望講座名 ②氏名(ふりがな) ③〒住所 ④年齢 ⑤性別 ⑥電話/FAX番号

⑦往復はがきの場合は返信用に宛先を明記 **申込締切: 12月24日(金) 必着**

※ FAXまたはEメールでお申込みの方で、お申込み後4日を過ぎても受理の連絡がない場合は、お問合せください。

★問合せ

〒260-0045 千葉市中央区弁天3-7-7 千葉市生涯学習センター 学習支援グループ

TEL : 043-207-5815 FAX : 043-207-5817 E-mail : manabi.kouza@cclif.jp

★講座に参加される皆さまへ

○新型コロナウイルス感染症予防に関するお願い

①受講前に検温していただき、受講の際には必ずマスクを着用してください。

また、施設内での新型コロナウイルス感染症予防対策にご協力ください。

②当日の受付時に検温を実施し、37.5度以上または平熱+1度以上の場合は参加をお断りします。

③次の方は、参加をご遠慮ください。

●普段より熱が高い場合、息苦しさや強いだるさ、軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある場合

●新型コロナウイルス感染症陽性と診断された方との濃厚接触がある場合

●過去14日以内に政府から入国制限及び入国後の観察期間を必要とされている国や地域等への訪問歴がある場合、当該在住者との濃厚接触がある場合

○個人情報の取扱いについて

参加者の氏名や連絡先は、必要に応じて保健所等の公的機関に提供することがあります。

◆新型コロナウイルス感染拡大等、やむを得ない事情により中止または延期とする場合があります。

