

# こどもに関わる人のための アンガーマネジメント 講座

怒りの感情とは？  
怒ってはダメなの？  
何が問題なの？

最近怒ったことは？  
いつ？どこで？何に？  
どんなふうにな？

怒りの正体・性質とは？  
怒りが生まれる  
メカニズムとは？

怒りの対処法を学ぼう！  
叱り方のポイントは？  
自分から変わろう！



怒り・イライラは誰にでもある感情で、それ自体は悪くはありません。怒りについて知り、自分の怒りのくせや、思考・行動のパターンを理解しましょう。怒りをコントロールする方法と、他人も物も自分も傷つけずに、自分の怒りを上手に表現する方法を学びます。

こどもとの関わりでイライラや怒りに悩んでいる方、家族や周囲の人とよい関係を築きたいと望んでいる方、ぜひ、ご参加ください。人間関係がよくなり、組織や家庭運営がスムーズになり、自分の生き方が楽になるヒントをご一緒に学びましょう♪ ★2日間の連続講座です★

**日時** 7月4日・11日(水) 午前10時～12時 受付 9:40～

**会場** 神戸市立総合福祉センター 4階 第5会議室 **裏面に会場地図・FAX申込書あり**

**講師** 梶原 由美さん

**講師 ◆ 梶原 由美さん プロフィール**

こころサポート あおいくま 代表  
精神保健福祉士 / 産業&心理カウンセラー  
一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会ファシリテーター

大学卒業後、総合商社に勤務。結婚後、家庭塾を営み、自殺予防や犯罪被害者支援の電話相談ボランティア活動もする。精神保健福祉士として障がい者の相談支援業務に従事。その後、刑務所に勤務し、面接と認知行動療法や怒りのコントロールをベースにした指導を行う。「人は変えられる一緒なら」をモットーに独立。カウンセリング・コンサルティング・電話相談・ストレスチェックの実施や研修・講演を行っている。アンガーマネジメント・メンタルヘルス・コミュニケーション・子育て・虐待・暴力・非行・不登校・ひきこもり・依存症問題等、生活のしづらさを抱えて生きる人の支援がライフワーク。

●定員 60名(先着順)

●参加費 1日につき 300円

●対象

- ・子育て中、または、これから子どもを家族に迎える方
- ・これから保育ボランティアをしてみたい方
- ・子どもや家族の支援、保育、教育などに携わっている方
- ・テーマにご関心をおもちの方

●一時保育 定員10名(先着順×切・要予約)  
一家庭につき 200円

主催・お申込み・お問合せ

公益社団法人 家庭養護促進協会  
& 子育てサポートグループ「ほちほち」

〒650-0016 神戸市中央区橋通3-4-1  
神戸市立総合福祉センター 2階

①氏名 ②連絡先 ③関わるこどもの主な年代 ④一時保育の希望(ある方)を 電話・ファックス・メールで 家庭養護促進協会 まで

TEL (078)341-5046 (月～金 9時～17時)

FAX (078)341-1096 (終日受付 裏面に FAX 申込書あり)

E-MAIL [ainote@kjd.biglobe.ne.jp](mailto:ainote@kjd.biglobe.ne.jp)

送信先 : 家庭養護促進協会 神戸事務所 FAX専用 (078) 341-1096

■ 2018年7月4日/11日「こどもに関わる人のためのアンガーマネジメント講座」 ■  
**FAX 申込書** 下記にご記入の上、送信してください

受講者のお名前	連絡先: 電話番号	FAX番号
関わるこどもの主な年代	○をつけてください (いくつでも)	ご所属(あれば)
乳幼児・小学生・中学生・高校生・18歳以上		
E-MAIL	(メールでの連絡をご希望の方は、アドレスをお書きください)	

★一時保育のご希望のある方は下記に子どもさんのお名前と年齢をお書きください。定員がありますので、お問い合わせください。

こども 氏名	性別	年齢	一時保育の経験	アレルギーなど保育にあたり、気をつけた方がいいことがありましたらお書きください。
		歳 ヵ月	あり・なし	
		歳 ヵ月	あり・なし	

(ご記入いただいた個人情報は、本講座に関する連絡のみに使用し、他の目的で利用することはありません。)

☆お申し込み後、当日、直接会場にお越しください。(※定員を超えて、受講いただけない場合のみ、ご連絡します。)

☆一時保育をご希望の方は、定員がありますので、お電話でご確認ください。

☆参加費 300 円、保育費 200 円は、あわせてその日の受付時にお支払いください。なるべくつり銭のないようにお願い致します。

★台風の接近等で、神戸市内に午前7時の時点で警報が発令されていた場合、家庭養護促進協会 神戸事務所のHPで講座の開催の可否についてお知らせします。 <http://ainote.main.jp/wp/>

里親さんの集まりや研修、講座などで、保育ボランティアとして活動して下さる方を募集しています。



◆会場案内:  
**神戸市立総合福祉センター**  
 神戸市中央区橘通3丁目4-1  
 電話(078)351-1464

◆交通案内  
 JR「神戸駅」徒歩8分  
 神戸高速鉄道「高速神戸駅」徒歩3分  
 神戸市営地下鉄「大倉山駅」徒歩5分



- ◆「家庭養護促進協会」は家庭で育てられない子どもたちに里親・養親を探す「愛の手運動」を行なっている民間の児童福祉機関です。
- ◆「子育てサポートグループぼちぼち」は、子育て中の家庭の助け合い、仲間づくり、支援を行っているグループです。