

にじっこひろば



アンガーマネジメント ミニ講座

～目指すのは、大人子どもも笑顔で毎日を送ることができる未来！～

育児と家事、お仕事に忙しいママ達、お疲れのパパ達、子ども達…

『もっと楽になれるよ!』

『イライラの原因が分かれば誰でも対策できる!』

『きっと大丈夫♡』



アンガーマネジメント(怒りのコントロール)というスキルを学び、実践して今よりももっともっと幸せになるために、「にじっこひろば」の中でミニ講座を開催します。どなたでも参加いただけますので、ご興味ある方はぜひお越しください。

開催日・場所:

2月9日(金)午前10時30分～11時20分

にじっこひろば あじま

2月13日(火)午前10時30分～11時20分

にじっこひろば チャイルドキャッスル

2月14日(水)午前10時30分～11時20分

にじっこひろば わかば

2月16日(金)午前10時30分～11時20分

にじっこひろば わいわい



講師紹介

濱崎明子さん

(株)プラススマイル代表

一般社団法人日本アンガーマネジメント協会東海支部長

アンガーマネジメントコンサルタント

アンガーマネジメントでは東海地区の第一人者として、コラム執筆や、TV・雑誌・ラジオ等でも取り上げられる。心の問題の専門家として多くのカウンセリング経験を元に、教育現場から企業まで幅広く講演、企業研修、セミナー、フォーラム等に登壇、受講者が6000名を越す人気講師として今に至る。

2015年、日本アンガーマネジメント協会総会にて“最優秀キッズインストラクタートレーナー賞”受賞

★にじっこひろば わいわい

毎週金曜日 午前10時～11時30分
すまいるハートビル2F・上飯田ワイワイルーム

★にじっこひろば チャイルドキャッスル

毎週火曜日 午前10時～11時30分
西区くらしのセンター3F・みんなの部屋

★にじっこひろば わかば

毎週水曜日 午前10時～11時30分
生協わかばの里4F・わかばホール

★にじっこひろば あじま

毎週金曜日 午前10時～11時30分
あじま診療所2F・ゆうゆうルーム

※祝日は
お休みに
なります