

男性の

# アンガーマネジメント 講座

職場・学校・家庭・地域における様々なコミュニケーション場面の中で、  
なんだかイライラして、つい感情を露にってしまったことはありませんか。  
自分の“怒り”の傾向について知り、コントロールする方法をトレーニング  
することで、克服できます。  
ワークショップを通して、“怒り”に振り回されない日常をめざしてみませんか。



2024年 **2月25日** 日  
13:00~16:00

場所: とよなか男女共同参画推進センターすてっぷ(エトレ豊中5階)  
対象: 男性15人(先着順)

講師: 福成 二三代

一般社団法人日本アンガーマネジメント協会  
トレーニングプロフェッショナル®

参加  
無料

## これまでの参加者の声

- ・理論、日々の生活で役立つ実践方法がわかりやすかった。
- ・アンガーマネジメントを体系的に学ぶことができて有意義だった。
- ・新たな発見や試してみたいことをたくさん得られた。

■申込: 2月4日(日)10:00から電話・FAX・窓口・Webフォームにて受付

■一時保育: 1歳~小学3年生まで  
定員10人・子ども一人につき550円(税込)  
<一時保育受付 2/18(日)15:00締切>

申込Webフォーム↓

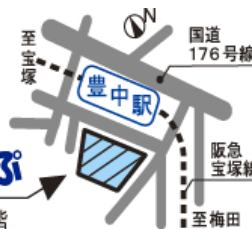


主催: とよなか男女共同参画推進センターすてっぷ  
(指定管理者) 一般財団法人とよなか男女共同参画推進財団  
申込み・問い合わせ>>>すてっぷ講座担当 <水曜休館>

〒560-0026 豊中市玉井町1-1-1-501  
電話: 06-6844-9773 FAX: 06-6844-9706  
メール: kouza@toyonaka-step.jp  
URL: <https://www.toyonaka-step.jp/>



とよなかすてっぷ  
エトレ豊中ビル・5階



## 講師紹介 福成 二三代 (ふくなり ふみよ)

一般社団法人日本アンガーマネジメント協会 トレーニングプロフェッショナル

大阪府吹田市在住。地元ケーブルテレビ局の編成制作部に勤務し地域密着番組や広報番組の企画、制作を行う。退職後、産業カウンセラーの資格を修得。心療内科で所属カウンセラーとしてカウンセリングを担当。2013年にアンガーマネジメントファシリテーターの資格修得後は、官公庁、学校、企業、医療、介護施設など年間およそ100か所での講座に登壇している。2016年度には、2000人のファシリテーターの中から最優秀アンガーマネジメントファシリテーター賞に選ばれる。



FAX:06-6844-9706

下記内容をご記入のうえ送信してください。

※受信後に、担当から確認電話をいたします。

1週間以上電話がない場合、すてっぷまで電話かメールでの問い合わせをお願いします。

## 「男性のアンガーマネジメント講座」お申込みフォーム

（ふりがな） 名前	（ ）	年 代	10代・20代・30代 40代・50代・60代 70代以上
住所	〒 —	住所は町名までのご記入で構いません。	
電話番号		メール アドレス	@toyonaka-step.jpのメールを受信できるよう迷惑メール等の設定解除をお願いします。
講師への 質問など			
保育の希望	<input type="checkbox"/> 希望しない <input type="checkbox"/> 希望する	1歳～小学3年生までの子ども1人550円(税込)、先着10人 2/18(日)15:00までに要申込み	
一時保育の申込みは下記にご記入ください		(持ち物)手拭きタオル・着替え・お茶 ※持ち物にはすべて名前を書いてください。	
お子さんの なまえ	ひらがな	年齢	保育は? ( ) はじめて ( ) 経験あり
アレルギー の有無	あり ・ なし ありの場合 ( )	おむつ・トイレ	おむつを ( している ・ していない ) トイレを ( いえる ・ いえない )

☆豊中市内在住等を問わず、ご参加いただけます。

☆提供された個人情報、すてっぷ主催事業の運営や募集案内においてのみ使用し、他の目的には一切使用しません。

☆申込後にキャンセルされる場合は、必ずご連絡ください。