

# アンガーマネジメント説明会 &キッズ講座

子育てを応用行動分析で考える。

子育ての悩みを解決!!



## ① アンガーマネジメント説明会

託児付

怒りの感情をコントロールするには・・・。  
怒る事は悪い事じゃありません。

「子育て中のママの悩みを心理学で解決してみよう」

- 子育てを応用行動分析で考えて解決方法を見つけよう

「アンガーマネジメント説明会」

- アンガーマネジメントについて
- キッズインストラクターについて

40分

¥500

## ② アンガーマネジメントキッズ講座

親子で

「怒らない子どもになること」ではなく、  
「自分の感情表現に責任を持てるようになる」。

【内容一例】

- オリジナル感情カードを作ろう
- バルーンパペット(ラテックス使用)
- 怒りの温度計

45分

¥500



信州なかのママ代表

角本 弥生

- ・ハンドメイド講師
- ・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キッズ  
インストラクター

—プロフィール—

大阪府出身。ウィンタースポーツと  
自然に魅了され移住。5,3,1才の母。

日程などの詳細は裏面▶▶▶

# 申込み不要で好きな時間に参加できます。

## ① アンガーマネジメント説明会

お子さんを託児室でお預かりし、お母さん方はコワーキングスペースで説明会。集中して説明をお聞きいただけます。



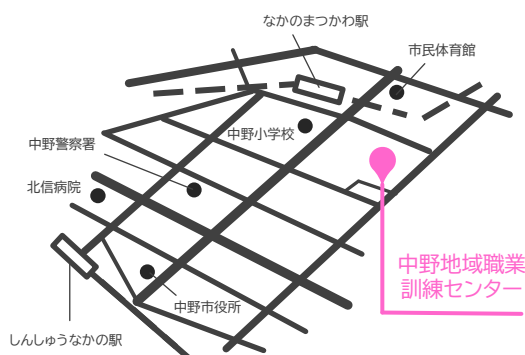
## ② アンガーマネジメントキッズ講座

親子一緒に参加いただくワークショップ。小学校低学年以下のお子さんが対象です。親子で楽しく学びましょう。



## スケジュール

	10:00	11:00	13:00	14:00	16:00
1/8 (土)	② - 1	② - 2	② - 3	② - 4	
1/10 (月)	① - 1	① - 2	① - 3	① - 4	
1/20 (木)			② - 5		② - 6
1/22 (土)	② - 7	② - 8	② - 9	② - 10	
2/2 (水)			① - 5		① - 6
2/5 (土)	② - 11	② - 12	② - 13	② - 14	
2/10 (木)	① - 7	① - 8	① - 9	① - 10	
2/15 (火)			② - 15		② - 16
2/19 (土)	① - 11	① - 12	① - 13	① - 14	



お問い合わせ  
北信州能力開発センター  
〒383-0013中野市大字中野1457-1  
中野地域職業訓練センター  
TEL 0269-23-3005 FAX 0269-23-3835  
mail nakanotc@valley.ne.jp  
URL <https://www.nakanotc.ac.jp/>

