

★ わかりあうために ★

わの会母親カウンセラーネットワーク 9月定例会

昨年度大好評の第2弾!

アンガーマネジメント2

講師：廣瀬直美さん（アンガーマネジメント協会認定ファシリテーター
NPO法人あゆみだした女性と子どもの会理事長）



自分の怒りやイライラと上手に
付き合えていますか？
悩んでいませんか？

「アンガーマネジメント」とは、
怒りの感情とうまく付き合い
怒る必要のあることは上手に怒り、
怒る必要のないことは怒らずに済む
心理トレーニングのことです。

怒りの感情と上手に付き合っ
て、
仕事・家庭・子育て・人間関係で
イライラせず自分らしく過ごす為
にアンガーマネジメントを
ぜひ学んでみてください。

どなたでも参加できます

日時 **2020年 9月23日 (水)**
10:00～11:30

会場：ぎふメディアコスモス かんがえるスタジオ
岐阜市司町 40 番地 5

駐車場：30分/100円

※館内利用者は入庫後 2 時間まで無料

(2 時間無料認証機に駐車券を通すと)

※使用できる紙幣は千円札のみ

参加費：非会員 500 円

申し込み：不要

主催：わの会母親カウンセラーネットワーク

お問合せ：上田 (TEL 058-297-4102)



アンガーマネジメント



裏面もご覧ください。=>=>=>

◆ 講師：廣瀬 直美（ひろせ なおみ）さんのプロフィール

- ・有限会社ハートプランニング中部代表取締役
- ・特定非営利活動法人あゆみだした女性と子どもの会理事長
- ・DV・デートDV・児童虐待・家族問題コンサルタント・セクシャルハラスメントコンサルタント
- ・デートDV防止教育プログラムファシリテーター・DV加害者更生教育プログラムファシリテーター
- ・アンガーマネジメントファシリテーター・アンガーマネジメント叱り方トレーナー
- ・FMわっち78.5MHzで「なおちゃんの女性相談室」の番組を持ち、家族問題・コミュニケーション・アンガーマネジメント等の発信している。
- ・様々な問題を抱えた人の相談に関わってきました。その人に合わせた本来持っている力を引き出すことや自分の心の声に耳を傾けるサポートをしています。

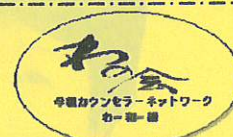
【駐車場】

- みんなの森ぎふメディアコスモス有料駐車場
- ・ <https://g-mediacosmos.jp/facilities/parking.html>
- ・ 8:30~21:30 100円/30分
- ・ 館内利用者は2時間無料
- 2時間無料認証機
- (1階) 総合案内、市民活動交流センター
- (2階) 図書館総合カウンター



わの会母親カウンセラーネットワーク

● 2020年度の年間計画予定



テーマ・カウンセラーのみなさまへ

日 時：毎月第4水曜日（12月は第3水曜日、8月、1月はお休み）10:00~12:00

会 場：ハートフルスクエアG（JR岐阜駅2階）研修室30 注：時間・会場変更有（限）：会員限定

月/日(曜日)	内 容
2/26(水)	総会（前年度定例会・会計報告、今年度定例会計案(案)・予算(案)審議） 10:30~わかりあうために1 「キャッシュレス時代を賢く生きる方法」 松本久子さん（全国消費生活相談員協会会員） 会場：ぎふメディアコスモス かんがえるスタジオ
3/25(水)	外に出よう！「修復整備工事が完了した岐阜公園の三重塔と 岐阜市歴史博物館の 麒麟がくる岐阜大河ドラマ館 を見学」(限)
4/22(水)	栄養士さんによる料理教室 会場：ドリームシアター岐阜 (限) 中止
5/27(水)	わかりあうために2 「新しくなった裁判所へ行こう」中止
6/24(水)	わかりあうために3 「健康な肌づくりは元気の秘訣」中止 樋口英彦さん（ユースキン製薬株式会社スキンケアアドバイザー） 会場：ぎふメディアコスモス かんがえるスタジオ
7/22(水)	情報交流会 (限) 会場：ぎふメディアコスモス あつまるスタジオ
9/23(水)	わかりあうために4 「アンガーマネジメント」 廣瀬直美さん（アンガーマネジメント協会認定ファシリテーター） 会場：ぎふメディアコスモス かんがえるスタジオ
10/28(水)	わかりあうために5 吉成信夫さん（ぎふメディアコスモス統括プロデューサー） 会場：ぎふメディアコスモス おどるスタジオ
11/25(水)	わかりあうために6 大平英樹さん（名古屋大学大学院環境学研究科心理学講座教授(医学博士)）
12/16(水)	反省会、来年度の計画・企画運営会議 (限)

● 会 費

- ・年会費（3,000円）の納入をもって会員とします。
なお納入された年会費の返却はありません。
- ・非会員はその都度500円。

● 詳しくはホームページで！

<https://wanokai39.jimdo.com>

わの会母親カウンセラーネットワーク

検 索



2020年は創立23周年！

会 員 募 集 中 !

■ 連絡先

篠田 (TEL: 058-242-1723)

遠山 (TEL: 058-272-4370)

棚橋 (TEL: 058-264-1783)



←QRコードからも
ホームページが見れます。