私達に与えられた限られた時間。そんな貴重な時間を
不要なイライラや怒りの感情に巻き込まれず穏やかに
楽しく生きていきたい。
あなたは、そう思いませんか？

スマートフォン
からでも OK
オンライン講座
視聴無料

アンガーマネジメントにチャレンジ！

その怒りで後悔しないために

言い過ぎた
言わなきゃよかった
この繰り返し…

イライラ…
つい周りに
あたって
しまう

アンガーマネジメント
に興味があるが
時間がない

子育てに
イラッ、ムカッ
カチンの日々…

こんな方におすすめです



講師　福成二三代さん
（一般社団法人日本アンガーマネジメント協会公認講師）

2011年3月産業カウンセラーの資格を修得。現在、堺市内の心療内科でカウンセリングを担当している。2013年にはアンガーマネジメントファシリテーターの資格を修得、企業や官公庁、学校、病院、介護施設などでアンガーマネジメント研修を行っている。2016年その業績が認められ3000人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を受賞。2019年日本ペップトーク普及協会認定講師の資格を修得後は、ペップトークを用いた研修やペップトークとアンガーマネジメントを組み合わせた研修などを行っている。

申込順
300名

詳細・申込は
こちらから

視聴期間　2026年12月4日(金)10時～12月17日(木)17時まで
申 込 先　一般社団法人高槻市人権まちづくり協会
申込期間　2026年12月4日(金)～12月16 日(水)
申込方法　①来所　平日 8 時 45 分～17時 15 分
②FAX　③ホームページ(②③24 時間受付)
お名前・メールアドレスを添えてお申込みください
折り返しメールで視聴用パスワードを送ります

企画・配信　一般社団法人高槻市人権まちづくり協会　高槻市城北町 1-14-6　荒木ビル 3 階
☎072-647-7825　FAX072－647－7233