

中高年男性向け

TV・雑誌で話題の！

『アンガーマネジメント講座』

怒りとの付き合い方、教えます！

昨年好評だった、アンガーマネジメント講座です。

怒りとの付き合い方を楽しく学び、生活に役立てませんか？

講師は、「話に惹きつけられた」「わかりやすかった」と評判の、みなみさちえ南幸恵先生です。

どうぞ、ご参加ください！

無料

2/18

火

2/25

火

全2回 午前10時～正午

- ★怒りの内容が判り大変参考になった
- ★仕事に活かせると思った
- ★アンガーマネジメントをやってみようと思う。
- ★とても感銘を受けた、機会があったらまた受講したい

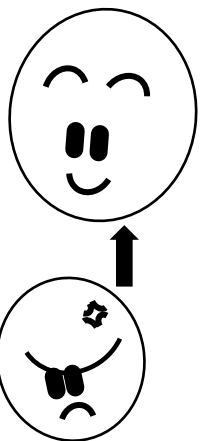
昨年受講者の声

会場：すみだ女性センター

対象：区内在住・在勤で概ね50歳以上の男性

人数：20名

申込：事前に電話またはEメールにて(裏面参照)



～ 講師紹介 ～

M's ライフデザイン 代表 みなみ南 さちえ幸恵 氏

【資格】(一社)日本アンガーマネジメント協会：

アンガーマネジメントトレーニングプロフェッショナル

申込方法

事前に電話・Eメール・すみだ女性センター2階受付窓口でお申し込みください。

電 話

03-5608-1771

Eメール

SUZUKAKEKOUZA@city.sumida.lg.jp

(講座申込専用アドレス)

タイトルは「アンガー・マネジメント講座申し込み」

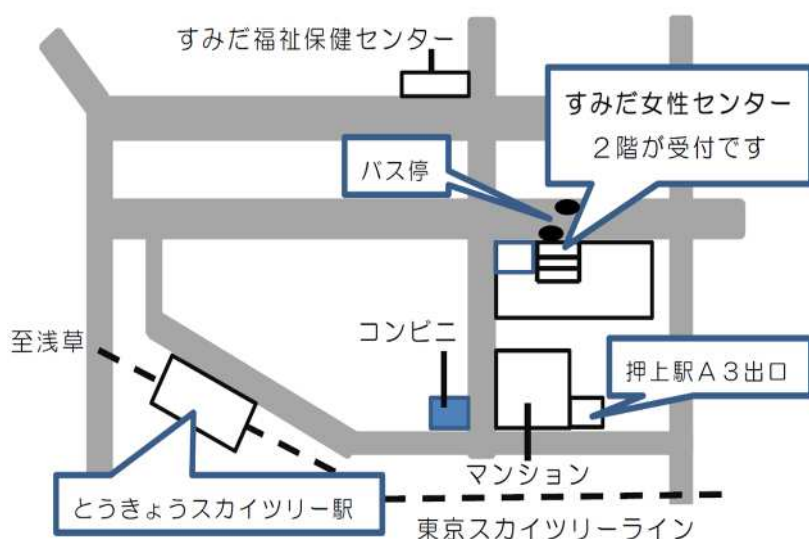
- ① 氏名 (漢字・ふりがな) ② 年齢 ③ 住所 (町名まで)
④ 昼間の連絡先

を入力の上、送信してください。

※ Eメールでお申込みの場合は、必ずこちらからご連絡又は返信します。申込後5日を過ぎてもご連絡等がない場合は、Eメールが届いていない可能性があるため、お手数ですがお電話でお問い合わせください。

お願い

●開場・受付開始は講座開始時間の30分前です。



墨田区男女共同参画推進拠点施設

すみだ女性センター ～すずかけ～

〒131-0045 東京都墨田区押上 2-12-7-111

電話 03-5608-1771 FAX03-5608-1770

Eメール SUZUKAKEKOUZA@city.sumida.lg.jp

【アクセス】

- 押上駅 A3 出口から徒歩5分
(京成押上線・都営浅草線・東京メトロ半蔵門線)
- とうきょうスカイツリー駅から徒歩10分
(東京スカイツリーライン)
- 都バス 錦40「向島三丁目」徒歩1分
- 区内循環バス「すみだ女性センター」徒歩1分
「押上駅」徒歩10分