

# アンガーマネジメント講座

～子ども編～  
全2回

参加  
無料

思春期の  
子ども



成人した子

7月1日  
(水)

## 第1回 思春期の子どもとの関係性

アンガーマネジメントに基づいた叱り方・伝え方

7月10日  
(金)

## 第2回 成人した子との関係性

アンガーマネジメントを日々の関わりに活かす

怒り・イライラとの上手なつきあい方（アンガーマネジメント）の基本を学び、それを生かして思春期の子どもや、成人した子（40～50代中心）との関係性をより良いものにしていきませんか？

《 時 間 》 13:30～15:30

《 場 所 》 松山市男女共同参画推進センター  
コムズ 4F 視聴覚室

《 対 象・定 員 》  
親または、関心のある方 20名（先着順）

《 託 児 》  
1才～就学前 先着5名程度  
（お子さまお一人につき200円）

※ 1回のみ参加も可能です。

→ 詳細・お申込み方法は裏面をご覧ください。

【講師】石井 真奈 さん



・(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™  
・アンガーマネジメント叱り方トレーナー

～私、家族、地域から 踏み出そう 共同参画への一歩～

COM+S

※新型コロナウイルス感染症の感染予防・拡大防止のため、日程・開催方法を変更して行う場合があります。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

## お申し込み方法

来館、電話、はがき、FAX、Eメールでお申込みください。

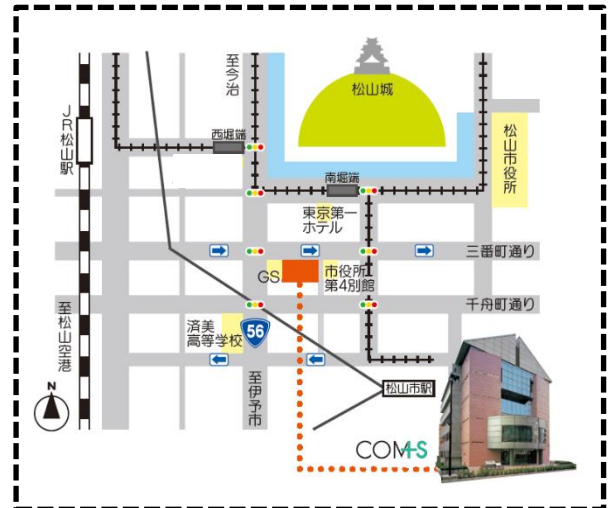
- ① 講座名 「アンガーマネジメント講座」
- ② お名前                      ③ 郵便番号・ご住所
- ④ 電話番号                    ⑤ 参加日 7/1・7/10
- ⑥ 託児を希望される方は  
お子さんのお名前（ふりがな）・年齢・性別

## 託 児

講座中、1才から就学前のお子様をお預かりします。

料金はお一人につき200円。

締切は各回開催の1週間前まで（定員に達し次第締切）



### <お申し込み・お問い合わせ先>

〒790-0003 松山市三番町6丁目4-20

松山市男女共同参画推進センター コムズ事業係

TEL 089-943-5777 FAX 089-943-0460

E-mail event@coms.or.jp

※休館日 月曜日（祝日の場合は翌日）

携帯メールも  
OKです！



松山市コムズ

検索

FAX 送信票 FAX=089-943-0460

講座名	アンガーマネジメント講座 ～子ども編～	
(ふりがな)		
お名前		
ご住所	〒	
電話番号		
参加日	7/1                      ・                      7/10	
託児を 希望される方	お子さんのお名前（ふりがな）	お子さんのお名前（ふりがな）
	性別（    ）年齢（    歳    か月）	性別（    ）年齢（    歳    か月）

\*お寄せいただいた個人情報は、（公財）松山市男女共同参画推進財団が責任をもって管理します。個人情報を第三者に提供することはありません。