

夏季限定
イベント!

アンガーマネジメント

～怒りをコントロールしよう～

参加
無料

開催日: 2024年8月22日(木)

開催時間: 14時00分～16時00分

受付時間: 13時30分～

開催場所: ウィルチャレンジ

定員: 15名 (定員になり次第受付終了)

アンガーマネジメントとは
…怒りの感情と上手に付き
合うためのスキルです。



誰も日常生活や仕事など様々な場面で怒りを感じることもあると思います。
「イライラすると周りの人に当たってしまい人間関係が上手くいかない」
「イライラを上手く解消できず体調を崩してしまう」・・・そんな経験はありませんか?
これから就職するうえでも怒りの感情に振り回されず、冷静な行動をとること、心身の健康を保つことが大切となります。

怒りと上手に付き合う方法を知って、
あなたの「これから」を変えてみませんか?



【内容】

●アンガーマネジメント

- ①怒りの正体を知ろう
- ②怒りへの対処法を知ろう
- ③怒りをコントロールし就活に活かそう

●個別就職相談コーナー

就労等に関する相談を承ります

アイスや冷たいドリンクを
準備してお待ちしております!



【イベントの申し込み方法】
右のQRコードからお申込み
いただくか、裏面のお申込書
をご記入の上、ご提出または
FAXをお願い致します。



ウィルチャレンジとは

障がいのある方が就労先の戦力として長期で働くために、必要なスキルや知識を身につけてもらうことを目的として就労移行支援を行なっています。

熊本市電「水道町」より徒歩3分

就労移行支援事業所 ウィルチャレンジ

〒860-0801

熊本県熊本市中央区安政町8-16 村瀬海運ビル6階

TEL: 096-312-5002 FAX: 096-312-5003

受付時間 9:30～17:30 (土日・祝日除く)

お問い合わせは、お電話またはQRコードから受け付けています

アンガーマネジメント
～怒りをコントロールしよう～

イベントお申し込み書

開催日	2024年8月22日(木) 14:00～16:00
フリガナ(必須)	
お名前(必須)	
TEL(必須)	
Mail(必須)	
登録機関	<input type="checkbox"/> ハローワーク() <input type="checkbox"/> 職業センター <input type="checkbox"/> 相談支援センター() <input type="checkbox"/> くまもと障がい者ワーク・ライフサポートセンター「縁」 <input type="checkbox"/> その他()
参加人数(必須)	()名 ※同行される保護者や登録機関の方も人数にカウントください。

【お申し込み方法は、下記の2つからお選びください】

- ①裏面のQRコードからお申込
- ②こちらのお申し込み書記入後、下記FAX番号に送付



FAX : 096-312-5003

就労移行支援事業所 ウィルチャレンジ

〒860-0801

熊本県熊本市中央区安政町8-16 村瀬海運ビル6階

受付時間 9:30～17:30 (土日・祝日除く)

お問い合わせは、お電話にて受付けています

TEL : 096-312-5002 FAX : 096-312-5003