



# 四国新聞でお馴染み 町田仁美さんの アンガーマネジメント講座

～イライラ・ムカつき・キレる感情に流されないために～

2020年

**3月1日 日 14:00-15:30**

高松市番町 徳成寺 参加費：500円 定員：20名  
持参物：筆記用具 参加予約：087-821-6348徳成寺まで

## 講師紹介



講師：町田仁美さん  
まちだ社会保険労務士事務所代表  
一般社団法人日本アンガーマネジメント協会認定  
ファシリテーター  
叱り方トレーナー、コンサルタント  
キッズ、ティーンインストラクタートレーナー  
四国新聞に毎月「アンガーマネジメント講座」を  
連載協力中

あなたは子育てや介護、そして職場の人間関係で  
イライラやストレスに満ちた日常を送っていませんか？  
そんな感情に支配されたら抜け出すのは大変。  
ちょっと立ち止まって町田先生とご一緒に考えましょう。  
ご参加・お申込みお待ちしております。



ご予約  
お問い合わせ

徳成寺

TEL: 087-821-6348