

# 日本健康アカデミー・セミナーのお知らせ

## 演 題 「アンガーマネジメント入門講座」

- 講座内容
- ・アンガーマネジメントとは
  - ・アンガーマネジメント3つの暗号
  - ・問題となる4つの怒り
  - ・怒りの仕組みについて
  - ・怒りの性質について

怒りについて職業柄関わることも多く、自分自身も子育てや家族関係を通し怒りに振り回された日常から解放されたいとの思いからアンガーマネジメントを始めました。

そしてアンガーマネジメントとの出会いにより救われたという思いから同じ思いに悩む方々へお伝えしたいと思っております。  
アンガーマネジメントが広がることで誰もが自分の感情に責任を持ち、怒りの連鎖を断ち切ることができ、自分も周りも笑顔になれると信じています。

## 講 師 玉城 久江氏

医療法人財団青溪会駒木野病院 看護課長  
看護師の資格を有し、精神病院に30年勤務。  
現在、駒木野病院看護課長として勤務しながらアンガーマネジメントファシリテーターとして活動。

### 【アンガーマネジメントの資格】

AMシニアファシリテーター、AMコンサルタント、AMキッズインストラクター、AMアドバイザーの資格を有する。

### 【主なアンガーマネジメント講座開催先】

精神科病院、八王子病院師長会



## 開催日時

平成30年5月17(木)  
18:30~20:00

## 会 場

日本生命 八王子ビル  
8階研修室

東京都八王子市旭町12-4  
日本生命八王子ビル

電話 042-642-3118

JR 中央線八王子駅  
北口から徒歩2分  
京王線京王八王子駅から  
徒歩2分

主 催 公益財団法人  
日本健康アカデミー  
参加費 無料

事前にお申し込みください  
担 当 峯村  
F A X 042-644-8688  
seminar@jp-kenko.org  
<http://jp-kenko.org/index.html>



公益財団法人 日本健康アカデミー  
Japan Health Academy