

なんで  
こんなことも  
できないの

どっちか  
はっきり  
決めて

みんなで意見を言い合いながら

地域活動するための

# ※ アンガー マネジメント

※ 自分の価値観を知り

相手に適切に伝えられるスキル

言ったとおりに  
やってない

やって  
みなくちゃ  
わからない

2/4 (火) ・ 18 (火)

両日とも 14:00~16:00

場所

安芸区総合福祉センター 3階

安芸区社会福祉協議会

〒736-8555

広島市安芸区船越南3丁目2-16 安芸区総合福祉センター 3階

TEL : (082)821-2501 FAX : (082)821-2504

mail : aki@shakyohiroshima-city.or.jp

担当 津村・有馬

いったん  
待とうよ

人として  
どうかと思う

2/4  
(火)

## アンコンシャスバイアス(無意識の思い込み)に気付く

1  
回  
目

- ・自分の怒りのタイプを知ろう！
- ・あなたの怒りの傾向は？俺様ライオン？白黒パンダ？
- ・無意識にこうする”べきだ”と思い込んでないですか？



2/18  
(火)

## 表現の仕方を考える・意見が言い合える場づくり

2  
回  
目

- ・自分の”べき”に気付く！相手の価値観を認め合おう
- ・どのような伝え方をすればいいのか？
- ・上手な伝え方(リクエスト)のポイント！



キャリアフォーカス  
代表 棚多 里美 氏

### 【プロフィール】

広島県呉市に生まれ育ち、広島県職員として、児童相談所、女性労働者対策、就業支援、子育て支援、地域ケア部長、全国初の働く女性・子育て支援部長を経て、(公財)広島県男女共同参画財団常務理事の後、キャリアフォーカスとして起業。寿退社が当たり前だった時代に、働き続けたという強い思いを持ち、県職員となることを選択。核家族で3人の子育てをしながら働き続ける中で、女性が働き続けることの難しさを実感。一方、管理職そして幹部となり、組織でマネジメントすることの面白さを体感。人生100年時代に向けて、すべての人が仕事を面白いと感じることができる、心理的安全性のある職場づくりをめざしている。

### 【有資格】

- ・日本プロフェッショナル講師協会認定講師
- ・アンガーマネジメントチーフファシリテーター®
- ・アンガーマネジメントコンサルタント®
- ・ハラスメント防止コンサルタント
- ・キャリアコンサルタント
- ・アンコンシャスバイアスファシリテーター
- ・社会福祉士、中学校教諭、保育士 ほか多数

### 【著書】

「働く女性の教科書」  
ごきげんビジネス出版 2022年11月出版

申込フォーム→



## お申込み方法

TEL : 082-821-2501 FAX : 082-821-2504

下記に必要事項を記載の上、FAXいただくか、QRコードを読み取り申し込みをいただくか、直接電話やメールでも構いません♪よろしく願いいたします♪♪

お名前	
所属 (該当するものに○)	①地(区)社協 ②町内会 ③サロン関係者 ④その他 ( )
住所	
コメント (必要であれば ご記載ください)	