

# 子育てに活かす アンガーマネジメント



「また怒っちゃった……。」

こどものことが大好きなのに、思わず怒ってしまい、後悔した経験はありませんか？  
アンガーマネジメントは、自分の怒りと上手につき合うための心理トレーニングです。  
子育てがイライラからニコニコに変わる、とっておきのコツをお伝えします。



日時

2026年5月30日(土)

9:45～11:00

定員

30名 (先着順)

会場

草津市立第四保育所  
遊戯室

申込

5月29日(金) 17時までに  
電子申請システムか  
生涯学習課への電話  
(077-561-2427) か  
第四保育所へのお申し出  
により申込 (先着順)

講師

安岡 寛氏



日本アンガーマネジメント協会アン  
ガーマネジメントファシリテーター。  
淡海言の葉教育研究所 代表。  
33年間の教員生活で1600人の子  
どもたちと関わってきた経験をもとに、  
言葉の大切さを滋賀に広め根づかせ  
る活動をしている。

※駐車場もご用意しております。  
受講中にお子様の保育が必要な場合は、第四保育所をご利用の方  
のみお預かりすることが可能です。  
普段第四保育所をご利用でない方はお子様と一緒に受講  
いただける場合がございますので生涯学習課までご相談ください。

【主催・問い合わせ先】  
草津市教育委員会事務局生涯学習課  
TEL : 077-561-2427 FAX : 077-561-2488  
MAIL : shogaku@city.kusatsu.lg.jp

電子申請  
システム  
でのお申込は  
こちらから

