



新潟県が実施する公共職業訓練です

平成29年度 在職者向け「技能向上訓練」の受講のご案内

大切な人との関係づくり アンガーマネジメントから始めるイライラ解消術講座

アンガーマネジメントとは、1970年代にアメリカで始まったアンガー（イライラ、怒りの感情）をマネジメント（上手に付き合う）ための心理教育です。アメリカでは、ビジネスパーソン、政治家、弁護士、医師、スポーツ選手、俳優、職業にとらわれず、実に様々な人達がよりよい生活や仕事、人間関係を手に入れる為に技術を取得し、「アンガーマネジメント」をしています。

1 日程・訓練内容

開講日	時間	内容
7月1日(土)	9:30~16:30 (計6時間)	講義①感情とは何か？怒りとは何か？ 講義②怒りの性質と影響を理解する 講義③ワーク①怒りの傾向を知る 講義④ワーク②あなたの怒りの導線チェック 講義⑤ワーク③ケースで考えるアンガーマネジメント ワーク④明日から実践！感情マネジメント 90分の入門マニュアルコースに、 ワークを多く取り入れた講座です！！

- 2 会場 新潟県立新潟テクノスクール（新潟市中央区鏡西 1-11-2）
2階 視聴覚室
- 3 定員 20名（定員になり次第締め切ります）
- 4 受講料 2,400円
- 5 申込方法 「在職者訓練受講申込書」をFAX又は郵送で下記申込み先に提出してください。
- 6 募集〆切 平成29年6月16日（金）まで
- 7 受講決定 決定者には受講料の「納入通知書」を送付します。送付をもって決定とします。
決定通知書などは送付しませんので、お忘れなく受講日に来校してください。
申込日から到着まで期間がかかる場合があります。
- 8 講師 小田 芽久美 氏 独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構 認定訓練校
バジュブレーン株式会社ビジネス・インターネットカレッジ学校長

◎ 受講にあたって

持参品： 筆記用具

◎ 受講料の支払いについて

最寄りの金融機関（郵便局を除く）で「納入通知書」により納付してください。

納入された受講料は、受講されない場合であっても返金いたしません。

※市町村民税非課税世帯等に該当する方は講習料の減免を受けることができます。

◎ その他

受講終了後、アンケートのご協力をお願いいたします。

申込み・お問い合わせ先

新潟県立新潟テクノスクール 開発援助課（担当：坪井、大矢）

〒950-0915 新潟県新潟市中央区鏡西 1-11-2 ※駐車場完備

TEL 025-247-7361 FAX 025-247-7363

ホームページ <http://www.techno.ac.jp>



第5号様式 (第29条、第37条関係)

在職者訓練受講申込書

平成 年 月 日

新潟県立新潟テクノスクール校長 様

講座名	「アンガーマネジメント講座」 7月1日(土)		
(ふりがな) 受講者氏名	生年月日	昭和 平成	年 月 日 (歳)
現住所	〒 電話番号 () -		
職務内容	受講訓練科に関する 実務経験年数	年	
所属事業所名	被雇用形態	1 正規雇用 2 非正規雇用	
事業所所在地	〒 電話番号 () -		
事業所の規模	1 (1~29人) 4 (300~499人)	2 (30~99人) 5 (500~999人)	3 (100~299人) 6 (1,000人以上)
受講料納入者	1 所属事業所 ・ 2 受講者		
当校からの 連絡先	1 所属事業所 (連絡担当者氏名:) ・ 2 受講者		
	「2 受講者」を選択した場合、所属事業所への連絡 可 ・ 不可		

御記入いただいた個人情報は、在職者訓練実施のほか、訓練ニーズ調査のアンケートに使用させて頂く場合がありますが、それ以外の目的では使用いたしません。