

アンガーマネジメントで 子育てのストレスを解消しよう!!

子育てや日々の生活の中で、イライラすることはありますか？

アンガーマネジメントとは、怒りやイライラの感情と
上手に付き合うための心理トレーニングです。

アンガーマネジメントを学んで、笑顔で子育てしましょう♪

日 時 : 5月12日(土) 14:00~15:30 13:45開場
終了後、絵本こうかん会を行います。(参加自由)

場 所 : ほその外科小児科3階 のびのびひろば

定 員 : 先着30名 (定員となり次第、締め切らせていただきます)

- お申込みは、ほその外科小児科受付にお申込みいただくか、電話でご連絡下さい。
- 授乳室あり、講演中託児を行います。(無料)
託児をご希望の方は、事前にお問い合わせください。
- キャンセルの場合は、開催日1週間前までにご連絡ください。

対 象 : どなたでも

- 15:00ごろから5歳から小学3年生を対象としたトレーニングも行います。
風船を使用します。ラテックスアレルギーがある方は事前にお申し出ください。

参加費 : 無料

講 師 : 石黒 沙希

一般社団法人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
三重大学工学部卒業 高等学校教諭1種免許状(理科)取得
中国漢語水平考試初等A級 家庭では2児の母親



第3回

絵本こうかん会のお知らせ



おうちで楽しんだ絵本を次のこどものもとに届けましょう。
新しい絵本との出会いが待っていますよ。



開催日時：平成30年5月14日（月）～5月26日（土）診療時間内
※5月12日（土）は講演会終了後～16:30まで
絵本こうかん会のみのご来院も大歓迎です。

開催会場：ほその外科小児科 3階
のびのびひろば うさぎの部屋

持ち物：1家族3冊まで、読み終わった絵本をお持ちください。
お持ちいただいた数、またはお子様の人数分の好きな
絵本をお持ち帰りください。

- ・読むことに支障のない程度のごれや書き込みはあっても構いません。
- ・記名がある際は前もって消していただくか、ご希望により受付で消去します。

◎お問い合わせは、ほその外科小児科 受付まで
江南市飛高町宮町118 KTXアリーナ（旧江南市民体育館）西へ200メートル
☎ 0587-54-1101

