

平成30年度 県立北はりま特別支援学校 夏期公開研修会のご案内

～対象：多可町、西脇市、加東市の保幼、小、中、高の職員、保護者、福祉、療育関係者～

●公開全体研修会（道徳・人権委員会）

多可町人権啓発協議会補助事業

「イラッとしたときの処方箋」

～アンガーマネジメント応用編～

講師 あおいくま代表 梶原 由美 氏

1 日 時 平成30年8月1日（水）14：00～16：00（受付13：30～）

2 場 所 多可町立中央公民館 大会議室

（住所：多可郡多可町中区茂利20）

会場は温度調整ができませんので、上着等を持参してください。

3 研修内容 「イラッとしたときの処方箋～アンガーマネジメント応用編～」

「アンガーマネジメント」を体得すると、他人も物も自分も傷つけず自分の怒りを上手に表現できるようになります。自分の「怒り」のクセについて理解し、対処法を身に付けてみませんか。

4 講師紹介

こころサポート あおいくま代表
精神保健福祉士

講師 梶原 由美 氏



精神保健福祉士(国家資格)、心理&産業カウンセラー、キャリアコンサルタント(国家資格)、
ストレスチェック実施者、教員資格 他
一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会認定アンガーマネジメントファシリテーター、
アンガーマネジメントコンサルタント

精神保健福祉士として障がい者の相談支援業務に従事し(社会福祉法人)、生活のしづらさを抱えて生きる人々を支援する傍ら、自殺予防及び犯罪被害者支援の電話相談ボランティアとして活動。公立中学校で不登校生徒のメンタルサポートを経て、現在はカウンセラー・アンガーマネジメントコンサルタント・ストレスチェック実施者・行政や企業、学校、施設を中心とした研修やセミナー講師として仕事する傍ら、ひきこもりや虐待支援等の活動もしている。怒りのコントロールや暴力・メンタルヘルス・コミュニケーション・子育て・不登校・依存症問題等を得意としている。