

心とからだの健康講座 ご案内

主催 公益財団法人中国労働衛生協会 鳥取検診所
共催 鳥取産業保健総合支援センター
全国健康保険協会鳥取支部

拝啓 時下 ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。
このたび下記の日程で『心とからだの健康講座』を開催いたします。ご多用中とは存じますが、多数のご参加を
いただきますようご案内申し上げます。

敬具

平成31年2月14日(木) とりぎん文化会館 小ホール
13:20~14:00 鳥取産業保健総合支援センター・全国健康保険協会
鳥取支部・当協会からのお知らせ・ご挨拶
14:00~16:00 講演

感情のコントロール法・アンガーマネジメント ～怒りと上手につきあうために～

Y'sオフィス 代表 川上 陽子 先生
(一社)日本アンガーマネジメント協会 トレーニングプロフェッショナル

イライラや怒りに振り回され、つい言ってしまった一言を後悔したり、逆に言いたくても
言えずに我慢してストレスをため込んだり・・・ より良い人間関係を築く障害になる
怒りの感情と上手につきあうための ヒントをお話します。

会費:無料

川上陽子(かわかみ ようこ) Y'sオフィス 代表
岡山市生まれ。筑波大学卒業、岡山市立中学校で英語科教諭として勤務後、地元TV・ラジオ局でフリーアナウンサーとして活動。また、岡山県広報スタッフとして県政番組、イベント司会等広報全般を担当。アナウンサー時代に3,000回を超えるインタビュー経験からコミュニケーションの学びを深め、現在は企業研修講師としてアンガーマネジメントとコミュニケーション力向上を組み合わせた研修や叱り方研修、教師・アナウンサーの経験を生かした話し方でわかりやすい研修講師として定評があります。

講師のご紹介



Webからの申し込みは、こちらをクリックして下さい。

お申し込みは、FAXまたは協会ホームページから
FAX:0857-31-6667

中国労働衛生協会 検索

お問い合わせ先 公益財団法人中国労働衛生協会 鳥取検診所
〒680-0942 鳥取市湖山町東4-95-1 TEL 0857-31-6666

参加申込書(平成31年2月14日・心とからだの健康講座)

事業場名 _____

ご住所 _____

TEL _____

お名前(所属・役職等)

()

()

☆お預かりした個人情報は、心とからだの健康講座開催の目的以外では使用しません

会場のご案内

空調設備を利用しますが、衣服で調整できるよう準備をお願いします。

とりぎん文化会館

☆所在地
鳥取市尚徳町101-5
TEL 0857-21-8700



☆アクセス

鳥取駅から約1.5km 路線バス 約5分
100円循環バス 約15分

