

“怒り”を手放す

～組織運営を円滑にする感情マネジメント～

怒りの感情と上手に向き合うための
心理トレーニングである
「アンガーマネジメント」を学ぶセミナーです。
感情をうまくコントロールできるようになると、
組織の雰囲気も良くなり、
個人のパフォーマンス向上にもつながります。

講師 米澤 有加 氏

大分県大分市出身。ラジオパーソナリティーやテレビリポーターとして活動する中で「怒りの感情」から生まれるストレスによりトラブルを抱える人の多さを実感。伝える仕事を活かし「アンガーマネジメント」をひとりでも多くの人に知ってもらおうと、アンガーマネジメントファシリテーターとして活躍中。

[資格] 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コンサルタント/一般社団法人日本ポジティブ教育協会認定 レジリエンストレーナー/一般社団法人日本ベップトーク普及協会 認定講師
[レギュラー番組]
FM 大分「Sky-Tune OITA」(水木金) パーソナリティー/国東ケーブルテレビ「くにさき情報レストラン」スタジオ MC

令和8年

7/14 火 THU

18:30-20:00

会場

TKPソレイユ 3F 牡丹
(大分市中央町4丁目2番5号)

参加
無料

定員先着
50名

どなたでもご参加いただけます。参加希望の方は下記の必要事項をご記入の上、
FAX またはメールでお申し込みください。

参加者氏名	
事業所名	
連絡先 (電話番号)	

公益社団法人大分法人会 青年部会 事業研修委員会

TEL : 097-532-8917 FAX : 097-537-3476
MAIL : hot@wind.ocn.ne.jp



Instagram

こちらから簡単申込。事業所名・氏名・連絡先を入力してください

