

イライラしても大丈夫！ 親子のアンガーマネジメント

「何やってるの!」「いい加減にしないで!」「何なの!もぉ!」あーあ、今日もやってしまった。怒ってばかり…。ネガティブに捉えられがちな「怒り」ですが、「じょうずに怒れること」は子どもの成長にとってとても大切です。

小尻先生に、昨年度大好評だった、怒りの感情と上手につきあえるようになるアンガーマネジメントと、子どものアンガーマネジメント力を高めるための保護者の関わり方を学びます。

内 容

イライラと上手につきあい適切に伝える

日 時

6月21日（土）

10時～11時45分（受付9時45分～）

場 所

荒川区立生涯学習センター

3階 大会議室

講 師

一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会 公認講師

こじり

小尻 美奈 氏

参加無料！**対 象 ・
定 員**

区内在住・在勤の

0～6歳の乳幼児の保護者

40名（抽選）

託 児

定員（1歳以上） 16名（抽選）

0歳児の保護者の方につきましては、お子さまと同室受講となります。

**申込み
・締 切**

右の二次元コードを読み込み、申込みフォームより
お申込みください。お申し込みが難しい場合は、窓口、
電話、メールでも受付いたします。

【申込必要事項】

氏名、ふりがな、住所（例：荒川区荒川2丁目）、電話番号、メールアドレス

講師への質問、相談内容、お子さまの講座当日の年齢

託児希望 必須・有・無（必須、希望有の場合、年齢と人数）

申込締切：6月3日（火）17時

（メールにてお申込み後、3日以上受付確認メールが届かない場合はご連絡ください。

締切後、応募者多数の場合は抽選を行い、6月5日（木）頃に結果を送信します。）



◆ 講師

小尻 美奈 氏



一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会 公認講師

元幼稚園教諭。現在は福祉・教育分野を中心に企業や官公庁等での研修や保護者向け講演会、学校で子ども達にもアンガーマネジメントを教えている。また、2016年より協会の本部主催登壇講師として指導者の育成にも従事し、認定資格者の指導人数は約1000名以上。

主な著書：

「ママも子どももイライラしない 親子でできるアンガーマネジメント」(翔泳社)「心を育む 子どものアンガーマネジメント」(チャイルド社)等

◆ 会場

荒川区立 生涯学習センター

荒川区荒川3-49-1

3802-2332



荒川区家庭教育事業について

荒川区では子育てをする保護者の悩みや不安の軽減を目指し、家庭教育事業を実施しています。
最新の情報は家庭教育事業のHPからご覧ください。

【令和6年度開催した講座】

家庭教育学級 乳幼児コース

コトバ de 子育て ～自己肯定感を育む家族のコミュニケーション～

講師：NPO法人親子コミュニケーションラボ 代表理事 天野ひかり氏

～東京都立大荒川キャンパスで学ぶ～ 遊びを通した子どもの発達

講師：東京都立大学健康福祉学部作業療学科 教授 伊藤祐子氏

カラダのだいじ 心のだいじ！ ～幼児期からはじめる性教育～

講師：NPO法人 ビルコン理事長 染矢明日香氏

イライラしても大丈夫！子育てに活かすアンガーマネジメント

講師：一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会 公認講師 小尻美奈氏

家庭教育学級 小中学生コース

子どもの成長に合わせて家庭で伝える「生」と「性」

講師：埼玉医科大学 医療人育成支援センター・地域医学推進センター 助教

埼玉医科大学病院 産婦人科 助教 高橋幸子氏

AI時代を生きる子どもの能力の引き出し方

講師：一般社団法人教育デザインラボ 代表理事 石田勝紀氏

ほか、

あらかわママ企画講座、あらかわバパスクール、地域子育て教室 など 開催



家庭教育学級



地域子育て教室

問合せ
申込先

荒川区地域文化スポーツ部生涯学習課生涯学習事業係

TEL：03-3802-4575

(申込メールアドレス) manabi.entry@city.arakawa.lg.jp

土日・夜間など返信までに時間を要する場合があります。

こちらより受付確認、抽選結果等を送信します。

上記のアドレスからのメールが受信できるよう設定をお願いいたします。

