

「アンガーマネジメント」

～不要なイライラを削減し、コミュニケーション力を上げる～

開催日: 令和3年11月19日(金) 9:30～16:30

こんな人に
おすすめ

- ・社内でのコミュニケーションに不安がある方
- ・部下や上司、同僚と良好な人間関係を築きたい方

受付開始日: 令和3年9月13日(月)午前9時

受講料: 5,000円 振込期日 令和3年11月16日(火)

(「さぽーとさっぽろ」会員の受講者は1名につき1,000円割引の対象になります)

※原則、受講料の払い戻しはできません。

定員: 36名 ※1企業から3名まで

主催: 一般財団法人さっぽろ産業振興財団(札幌市産業振興センター指定管理者)

後援: 札幌市

セミナー会場: 札幌市産業振興センター3階 セミナールーム1

受講対象: 札幌市内に事業所のある中小企業に勤務、あるいは、札幌市内に居住する中小企業者(経営者、従業員)等

研修のねらい

- ・アンガーマネジメントの知識とスキルを土台に、ミスやロスのないコミュニケーション力を身に付ける。
- ・苦手な相手ともスムーズなコミュニケーションが行えるスキルを身に付ける。
- ・NLP、アサーティブの実践的スキルを身に付ける。

	開催日	時間	講義内容	講師
カリキュラム	11/19 (金)	9:30 ~ 16:30	①アンガーマネジメントの基礎 ・イライラの原因～認知 ・イライラ傾向チェック ・イライラ削減法 ②心理学をベースとした他者との関わり方 ・コミュニケーションの原理原則 ・相手の心理と自分の心理 ③コミュニケーションスキル ・NLP ・アサーティブ ④コミュニケーションスキル向上実習 ⑤まとめ	一般社団法人 日本経営協会講師 松前 葉子 氏

講師紹介

まつまえ ようこ 氏
松前 葉子 氏

アメリカの大学(一般教養学・心理学専攻)卒業後、大手マスコミ・プロモーション企業に就職。北海道支社支社長として15年勤務。日本にいてコミュニケーションの重要性を感じ、NLP™を学び始める。退職後、これまでに学んだ心理学やNLP™をベースに、アンガーマネジメントやアサーティブなどのスキルを取り入れながら、様々な組織で研修講師活動を展開。

また、自身の管理職経験から、女性の働き方やキャリアデザインについての研修も担当している。

*NLPとは、Neuro Linguistic Programing(神経言語プログラミング)の頭文字



■お申込・お問い合わせ

詳しくはお電話でお気軽にどうぞ 平日9:00～17:00

一般財団法人さっぽろ産業振興財団

(札幌市産業振興センター 指定管理者)

〒003-0005 札幌市白石区東札幌5条1丁目1-1

TEL.011-820-3122 FAX.011-820-3220

ホームページからのお申し込みが便利です。



札幌市産業振興センター

検索

中小企業経営セミナー

検索

「アンガーマネジメント」～不要なイライラを削減し、コミュニケーション力を上げる～

募集要項

受講対象 ▶ 札幌市内に事業所のある中小企業に勤務、あるいは、札幌市内に居住する中小企業者（経営者、従業員）等

定員 ▶ 36名（定員になり次第、締め切ります。受付開始日以降、お早めにお申し込みください。）

※多くの企業にご参加頂くため、1企業から3名までとさせていただきます。

但し、定員に空きが生じる場合にはこの限りではありません。

セミナー会場 ▶ 札幌市産業振興センター3階 セミナールーム1

受講料 ▶ 5,000円 振込期日: 令和3年11月16日(火)(原則、受講料の払い戻しはできませんので、ご了承ください)

受付開始日 ▶ 令和3年9月13日(月)午前9時

申込方法 ▶ 下欄の受講申込書に必要事項をご記入の上、FAXでお申し込みください。また、ホームページ上でオンラインによる申込み受け付けております。

入金方法 ▶ 「受講申込書」(ホームページからのお申込み)受理後、「入金に関するご案内」をメール、FAX、あるいは郵送のいずれかで、お届けします(ご希望の連絡手段をご指定ください)ので、**令和3年11月16日(火)**までに、同文面でお知らせする指定銀行口座へお振込みください。なお、振込手数料はご負担願います。

※「さぽーとさっぽろ」会員の方は、会員1名につき1,000円の割引が適用されますので、「さぽーとさっぽろ」の窓口にて該当セミナーの“利用券”をご請求の上、この助成分を差し引いた金額をご入金頂くことになります。

なお、“利用券”は別途、「札幌市産業振興センター セミナー係」へご郵送ください。

“利用券”のお問合せ先:「さぽーとさっぽろ」TEL 011-221-3984

申込先 ▶ 札幌市産業振興センター セミナー係

(札幌市白石区東札幌5条1丁目1-1)

TEL 011-820-3122 FAX 011-820-3220

お電話でのお申し込みにつきましては、平日9:00～17:00となります



※駐車場(有料)の利用台数が限られていますので、できるだけ地下鉄等をご利用ください。

ご入金後の変更はお受けできません

(入金前にもう一度、ご確認ください)

- ・受講確定(入金完了)後の他セミナーへの「振替受講」はお受けできません。
- ・セミナー開始後の受講者の変更はお受けできません。

ホームページからのお申し込みが便利です。 <https://seminar.sapporosansin.jp>

札幌市産業振興センター 行

FAX 011-820-3220

申込日 年 月 日

令和3年 11/19 「アンガーマネジメント」～不要なイライラを削減し、コミュニケーション力を上げる～ 受講申込書

企業名	フリガナ	TEL			
		FAX			
業種		資本金	万円	従業員数	名
住所	〒	担当者			
		メールアドレス			

参加人数	受講者名	性別	年齢	さぽーとさっぽろ
名	フリガナ	男・女	歳	会員・非会員
	フリガナ	男・女	歳	会員・非会員
	フリガナ	男・女	歳	会員・非会員

メールマガジン	希望する・希望しない	連絡方法	受講申込確定後、受講料のご案内を送付します。ご希望の連絡手段をご指定ください。	→	メール・FAX・郵送
---------	------------	------	---	---	------------

新型コロナウイルス感染症拡大防止に関するお願い

1. 咳、発熱等の症状のある方は、セミナー受講はお控えください。 2. 会場では、手洗い、手指消毒、マスク着用等の感染症対策にご協力をお願いいたします。 3. 開催日程の変更(延期、中止)があった場合は、当センターホームページにて都度お知らせいたします。 4. 当センターの感染症対策につきましては、ホームページにてご確認ください。

その他、ご不明な点などございましたら、札幌市産業振興センター セミナー係(TEL011-820-3122)までご連絡下さい。

※本申込書でお送りいただけます情報(個人情報を含む)は、お申込セミナーの実施・運営、および関連するセミナー等についての情報をお知らせするために利用いたします。