

ゲームで

怒りスイッチ を見つけよう!

つい**イライラ**してしまうこと、ありますよね?

ゲームを通して、あなたの怒りスイッチを見つけてみましょう。

怒りをコントロールするためのヒントを得られますよ。

【日時】10月11日(日)

【時間】10時から(1時間程度)

【場所】中央図書館 3階会議室

【講師】秋田 智恵子さん (アンガーマネジメントコンサルタント・
アンガーマネジメントキッズインストラクター)

【内容】アンガーマネジメントゲームで、感情のコントロール
方法を身につけましょう。

【対象】5歳~小学生のお子さまとそのご家族

【定員】8組(事前にご予約下さい)



お問合せ先: 真庭市立中央図書館

真庭市勝山 53-1 TEL:0867-44-2012

✉ toshokan_ch@city.maniwa.lg.jp



Facebook やっています。「いいね!」をどうぞよろしくお願いします。