

先着
15名



職場でも家庭でも使える!今注目の「アンガーマネジメント」を学べるチャンスです!

～職場のチームワークを良くするために～

交流勉強会

医療・介護・福祉研修

多くの女性が働き、今後更に女性活躍が期待される医療・介護・福祉分野の方を対象に、現場で働く方の生の意見を参加者全員で共有いたします。

課題を洗い出し他社から学ぶことで、働きやすい職場環境の改善を考えてみませんか?



(一社)日本アンガーマネジメント協会
アンガーマネジメントシニアファシリテーター™

石井 真奈氏

＜講師プロフィール＞

外資系旅行会社にて勤務後、約20年間、主に教育分野に携る。

- ・大学、公的機関・団体等でのキャリア相談
- ・教育機関におけるキャリア教育・就職ガイダンスの講師
- ・社会人対象 キャリア関連セミナー・再就職支援セミナーの講師

受講料
無料

日時

1回目 平成28年3月1日(火)

2回目 平成28年3月11日(金)

【第1部】交流会

18:30～19:00 (受付18:00～)

【第2部】スキルアップセミナー

「その日から実践できるイライラへの対処法」

19:00～20:30

【第1部】交流会

18:30～19:00 (受付18:00～)

【第2部】スキルアップセミナー

「怒りに振り回されない体質改善」

19:00～20:30

受講料

全2回研修 無料

会場

有限会社ミートハウスフジタ

愛媛県西条市飯岡3188 TEL 0897-56-6003

お問合せ

主催:有限会社ミートハウスフジタ 後援:NPO法人ワークライフ・コラボ
〒793-0010 愛媛県西条市飯岡3188 TEL 0897-56-6003 FAX 0897-53-0822
www.meet-house.com 平成28年2月25日(木) までにお申込みください。

お申込書は
裏面へ



同業種交流勉強会 介護(デイサービス)研修 お申込書

会社名	担当部署名、お役職
住 所	担当者名
T E L	F A X
メールアドレス	

ミートハウスから教育情報のメールをお送り致します。ご記入いただきました内容は、当社による企業様支援および研修参加受付のみに使用致します。

(ふりがな) 受講者氏名	年齢	性別	お役職	入社年数
		男・女		年
		男・女		年

お申込み締切 平成 28 年 2 月 25 日 (木) ホームページからのお申込み www.meet-house.com

今注目の「アンガーマネジメント」を学べるチャンスです!

【アンガーマネジメントとは?】アンガー(イライラ、怒りの感情)をマネジメント(上手に付き合う)ための心理教育です。
平成 27 年 6 月 19 日 (金) 愛媛新聞より

介護 怒りをコントロール

「アンガーマネジメント」 職員らスキル活用



「はびね防府」で、入居者の男性と談笑する施設長の河内れい子さん
—山口県防府市

高齢者側にもリラックス効果

別の作業をしたり、控室で同僚と話したりして、気分を落ち着かせる。イラッとした場合はそつと対処すると決めているのだ。

「職員である自分の気持ちに余裕があれば、利用者が口になくても、何をしてほしいのか分かってようになります」施設長の河内れい子さん(56)が3年前、日本アンガーマネジメント協会(東京)の講座で学び、職員にも実践を呼び掛けた。「自分の怒りのパターンを知り、感情に振り回されない方法を身に付けてほしい」と繰り返し伝えた。

アンガーマネジメントは、ドメスティックバイオレンスや窃盗の常習犯などの矯正プログラムとして1970年代に米国で開発された。今では企業経営者やスポーツ選手、俳優などさまざまな職種の人々が活用している。

介護施設の実態に詳しい浜銀総研(横浜)の田中知宏主任研究員は「自分の感情をコントロールしながら相手と接する介護現場では、不可欠なスキル」と指摘する。

介護職員のいら立ちは、施設に入居する利用者にも伝わる。ある認知症の女性(99)は、深夜から朝方まで1時間おきにコールボタンでヘルパーを呼び出し「寂しい」「私がおかしい?」と訴えていた。介護記録を点検した河内さんは、特定のヘルパーが夜勤の目にコール回数が目立って多いことに気付いた。このヘルパーはイライラすると行動が乱暴になりがち。感情を抑

介護の現場で、怒りを上手にコントロールする「アンガーマネジメント」の手法を取り入れる動きが広がり始めている。勤務が不規則な上、限られた時間内に高齢者への多様な対応を迫られるケアの仕事。感情を抑えるのが難しくなりがちだが、手法を活用することで職場の雰囲気や和らぎ、利用者もリラックスできるといった効果が上がっているという。

「昼食の時、おしぼりが出てなかったから、手を拭けんかったわ」。有料老人ホーム「はびね防府」(山口県防府市)でヘルパーとして働く石井久美さん(48)は以前、入居女性の言葉にカチンときたことがある。

「食堂から部屋に向かって車をいすを押している最中。「すみません」と謝ったものの、内心は「食事中は黙っていたくせに、後になってから言うな」という気持ちで、今は腹の立つことがあれば、その場をいったん離れて