

怒りのコントロール術を学ぼう

# アンガーマネジメント

+描こう、自分らしいキャリア！  
ジョブカード活用！

3月11日 水  
14:00～15:30

(受付：13:45～)

会場：ハローワークプラザ難波  
セミナールーム

定員：24名

対象：概ね35～59歳の中高年世代の方

ハローワーク枚方からの配信を、サテライト会場  
(各ハローワーク) のモニターで視聴します。

怒りをコントロールするスキル「アンガーマネジメント」は、人間関係の改善や  
仕事のパフォーマンス向上に役立ちます。怒りをただ悪いものと捉えず、場面に  
応じて適切にコントロールすることで、周囲の人と円滑なコミュニケーションを取  
ることが可能になります。職場においてはパワーハラスメント防止にもつながります。

☆講師：大阪キャリア形成・リスキリング支援センター講師



※セミナー終了後、窓口にて施設案内・職業相談などがあります。

【お申し込み・お問い合わせ先】

ハローワーク プラザ難波

TEL: 06-6214-9200

月～金 10:00～18:30

第1・3土 10:00～17:00

(上記以外の土・日・休祝日・年末年始休み)



ハローワークプラザ難波  
大阪マザーズハローワーク



【主催】大阪キャリア形成・リスキリング支援センター 【共催】大阪労働局・ハローワーク枚方

厚生労働省 令和7年度キャリア形成・リスキリング推進事業

(本事業は株式会社パソナが厚生労働省より受託・運営しています)