



ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

大阪労働局 ハローワーク

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**の中老年世代の方

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)