◆ 2026年度　共助会無料セミナーⅡ ◆

イライラ・怒りを上手に扱う！感情コントロール研修

～心の整理と適切な伝え方を学ぶ～



福祉の現場では、利用者やご家族への対応など、さまざまな場面で感情が揺れることがあります。
この研修では、自分の思考や反応パターンを見つめ直し、怒りのメカニズムを理解したうえで、
感情を上手にコントロールする方法を、演習を交えて学びます。

日　時

2027年2月12日（金）
13:30～16:30
（受付は13:00～）

会　場

大宮ソニックシティビル
6階 603会議室

対象者

共助会会員
（定員：50名）

主な内容

自分の思考や反応パターンを自覚・分析し、
どう整え相手に伝えるかを個人ワーク、
ペアワーク、ロールプレイングを交えて学びます。

- ✓ イライラした時の対処法（事実・解釈・感情の分離）
- ✓ 相手を責めずに伝えるアサーティブと職場づくり

講　師

一般社団法人
日本産業カウンセラー協会
北関東支部

庄司 順子 氏



申込方法

下記URL若しくはQRコードからお申込みください。
https://forms.gle/y3RLqbHLyhpQcx2L8

※FAXでのお申込みの場合は、共助会ホームページ「お知らせ」掲載の申込書をご利用ください。

申込期限　2026年12月11日（金）

- お申込みが定員を超える場合は、抽選により受講者を決定します。
- 抽選の結果は、1月8日（金）までに通知する予定です。
- 1月15日（金）を過ぎても通知が届かない場合は、共助会までお問い合わせください。

問い合わせ先

一般社団法人　埼玉県社会福祉事業共助会
TEL　048-831-7547（平日8:30～17:00　※12/29～1/3を除く）
FAX　048-822-2888
URL　https://www.saitama-kyojokai.jp/（埼玉 共助会　で検索）

※申込みにあたり記入いただいた個人情報は、各種通知、研修当日の名簿作成、
（一社）日本産業カウンセラー協会及び講師への情報提供以外には使用しません。