

※本研修は令和5～6年度に実施した収録型WEB研修と同内容です。  
ご確認の上、お申込みください。

## 令和7年度 福祉職場で生かすアンガーマネジメント研修 ～ひとりで怒り感情を抱え込まないために～

収録型  
WEB研修

### 本研修の主旨

アンガーマネジメントを学び、感情労働を主体とする業務の中で活用してみませんか。  
対人援助職は利用者、同僚、ご自身の家族など様々な方と接していると思います。特にクレーム・トラブルが発生した場合や忙しい時期にストレスが溜まり、感情のコントロールが難しく感じることもあるのではないのでしょうか。

アンガーマネジメントは、お互いの違いを受け入れ、人間関係を良くする心理トレーニングです。本研修では、アンガーマネジメントの基本的な考え方や技法を学び、専門職としての自分を振り返り、対人援助、組織内でのコミュニケーション力を高めていきます。

#### 1 配信期間

令和7年8月14日(木) 10時～10月9日(木) 17時 (WEBによる収録動画配信)

※上記の期間内であれば、何度でも視聴することができます。

#### 2 対象

東京都民を対象とする福祉施設・事業所などの相談職・介護職員等

#### 3 受講料

6,000円(非課税) / 名

#### 4 内容

##### ◆プログラム

- (1) なぜアンガーマネジメントを学ぶのか
- (2) 福祉の仕事と専門職の役割
- (3) アンガーマネジメントによる怒りの対処方法
- (4) アンガーマネジメントとコミュニケーション技術
- (5) 職場で取り組むアンガーマネジメント

##### ◆研修時間

約170分(個人ワーク含む)



#### 5 申込締切

令和7年6月26日(木)

#### 6 受講決定から受講料の振込まで(※詳細は別紙でご確認ください)

##### (1) 受講決定

令和7年7月10日(木)

「けんとくん」にご登録の事業所のアドレス(以下、登録アドレス)へメールでご案内します。案内メールが届いたら「けんとくん」へログインし、「申し込み確認」から「受講決定」等をご確認ください。

## (2) 請求書 および 受講料の振込

振込期限：令和7年7月24日(木)

「請求書」は受講決定とは別にメールでご案内します(受講決定と同日)。メールのリンク先より振込口座が示されている「請求書」をダウンロードし、期限までにご入金をお願いいたします。

### 【講師プロフィール】

梅沢 佳裕 氏

ベラギア 17☆人材開発総合研究所代表、東京都登録講師派遣事業 登録講師、日本介護学会(介護福祉士会)所属。

【経 歴】介護福祉士養成校の助教員を経て、特養などの相談員を歴任。デイサービス等の立上げに関わり、自らも管理者となる。日本福祉大学助教、健康科学大学准教授を経て、現在は現職として介護講師・人材開発アドバイザーを務める。

【資 格】社会福祉士、介護支援専門員、アンガーマネジメント・ファシリテーター。

### 【講師からメッセージ】

意思疎通が簡単ではない利用者と支援を通して関わるなかで、どうしてもイライラしてしまうということがあります。ついカチンときてしまった、ストレスをため込んでしまったなど、福祉職場に潜む不適切ケアや虐待の引き金となる要因を踏まえ、イライラした感情とどのように向き合ったらいいのか、そしてアンガーマネジメントの捉え方や取り組み方法についても事例や簡単な演習を取り入れながら分かりやすく解説していきます。

## 7 視聴パスワード および 資料等

- (1)「視聴パスワード」は8月7日(木)以降、登録アドレスへメールでお送りします(メールが届かない場合は、お手数ですが下記のお問合せ先にご連絡ください)。
- (2)配信開始後、「収録型WEB研修 特設サイト」の動画視聴ページより「研修資料」(PDF等)をダウンロードできます。配信終了後は「研修資料」(PDF等)のダウンロードも視聴もできません。
- (3)本研修の動画は「字幕」付きです。

## ♪受講者の声♪ (令和6年度アンケートより)



ワークが多くあり、自分の実際の感情にも触れながら講義を受けることができたので、わかりやすかったです。

アンガーマネジメントは、怒りを抑えるのではなく、正しくその感情に向き合う事、その感情を分析して、プラスの対応に結びつける事であるというのは学びとなった。



### 【主催・お問合せ先】

社会福祉法人東京都社会福祉協議会 東京都福祉人材センター研修室(西山)  
〒112-0006 東京都文京区小日向4-1-6 東京都社会福祉保健医療研修センター1階  
TEL: 03-5800-3335 研修受付システム「けんとかん」 <https://www.kentokun.jp>

けんとかん

