



★8月4日(日)  
9:00~12:30  
★in 高知市保健  
福祉センター  
★参加費 2000円  
★お土産  
「7段階の気持ちの  
温度計」

蒸し暑い季節になりました。体温調節が難しい発達障害のあるお子さんにとっては特に辛い季節ですね。“荒れ”が起きやすい「魔の季節」とも呼ばれるこの時期を何とか乗り切って、夏休みにリフレッシュと2学期に向けての充電のための講座「アンガーコントロール&TOMO はうすおすすめ教材紹介」を開催します。

怒りの感情にまかせた暴力・暴言でパニック行動を起こしているお子さんは、周りとの人間関係も築きにくい上に、その行動でストレスを発散できたかというとその逆で自己肯定感が下がり、ますます負の悪循環におちいっていきます。そして、そのお子さんのご家族と先生も自信をなくされている方が多いのではないのでしょうか。

この講座では、「7段階の気持ちの温度計」(久武作) + 「アンガーコントロールトレーニングキット(東京教育技術研究所)」の2つの教材を用い、(なんっちゃって)コミック会話の手法を使ってアンガーコントロールを行って個々にあったストレス解消方法を見つける方法を一緒に学んでいきます。

また、TOMO はうすおすすめの教材(例:ワーキングメモリーをきたえる楽しい絵本やフラッシュカード等)紹介コーナーも用意しています。

少しでも、しんどい思いをしているお子さんやご家族、先生方のお役に立てることを願って、みなさまの参加をお待ちしています。

9:00~9:50 おすすめ教材紹介 ※模擬授業で行います

10:00~12:00

アンガーコントロール

- ① 「7段階の気持ちの温度計」の使い方
- ② (なんっちゃって)コミック会話を描いてみよう
- ③ ストレス解消方法の見つけ方
- ④ 「アンガーコントロールトレーニングキット」の使い方

12:00~12:30

会員向け 総会+教材無料貸し出しの手続き

※TOMO はうす会員の方は、総会(10分)の後、ご希望の方には教材無料貸し出しの手続きを行います。また会員でない方も、この場で会員登録(年間2000円)を行えます。

☆日時 : 2019年8月4日(日) 9:00~12:30

☆場所 : 高知市保健福祉センター(高知市塩田町18-10)1階

☆参加費 : 2000円

☆講師 : 久武夕希子(TOMO はうす)

【申し込み 定員30名(定員になり次第しめきります)】 [tomokensyu@gmail.com](mailto:tomokensyu@gmail.com) まで

- ① メール表題「アンガーコントロール講座」申し込み
- ② 氏名
- ③ 所属
- ④ すぐに連絡できるメールアドレス
- ⑤ すぐに連絡できる電話番号