

タイトルは出しませんが、
 今、社会現象とまで言われているアニメ作品があります。漫画がアニメ化され、映画化され、巷には様々な関連グッズがあふれています。ここまで流行る理由はたくさんあるのですが、今回はアンガーマネジメントの視点から、この作品をみてみようと思います。

物語の概要は、家族を鬼に殺され、妹を鬼にされた主人公が仲間と協力しあって鬼退治に行く、というものです。

一方で、アンガーマネジメントとは、自分の怒りの感情に気づくこと、その上で怒りの根本にある様々な感情、例えば「悔しい」「悲しい」「寂しい」「焦り」「不安」「無念」などの「怒りの正体」に目を向けていくこと、そして怒りの感情が大きくなる前に対処して行く、というものです。

流行りのアニメからみる
 アンガーマネジメント



「怒りの正体」は、私たちが誰もが持っている人間の弱い部分とも言えます。弱さは誰もが持っているものであり、怒りにつながるものでもありません。でも、その弱さを受け入れることで、本当の強さを見出していくことができるのかもしれないですね。

今年この節分には自分の弱さに向き合い、怒りの正体を見つけてみてはいかがでしょうか。

「怒りの正体」は、私たちが誰もが持っている人間の弱い部分とも言えます。弱さは誰もが持っているものであり、怒りにつながるものでもありません。でも、その弱さを受け入れることで、本当の強さを見出していくことができるのかもしれないですね。

今年この節分には自分の弱さに向き合い、怒りの正体を見つけてみてはいかがでしょうか。

「怒りの正体」は、私たちが誰もが持っている人間の弱い部分とも言えます。弱さは誰もが持っているものであり、怒りにつながるものでもありません。でも、その弱さを受け入れることで、本当の強さを見出していくことができるのかもしれないですね。

今年この節分には自分の弱さに向き合い、怒りの正体を見つけてみてはいかがでしょうか。

「怒りの正体」は、私たちが誰もが持っている人間の弱い部分とも言えます。弱さは誰もが持っているものであり、怒りにつながるものでもありません。でも、その弱さを受け入れることで、本当の強さを見出していくことができるのかもしれないですね。

今年この節分には自分の弱さに向き合い、怒りの正体を見つけてみてはいかがでしょうか。

「怒りの正体」は、私たちが誰もが持っている人間の弱い部分とも言えます。弱さは誰もが持っているものであり、怒りにつながるものでもありません。でも、その弱さを受け入れることで、本当の強さを見出していくことができるのかもしれないですね。

今年この節分には自分の弱さに向き合い、怒りの正体を見つけてみてはいかがでしょうか。

「怒りの正体」は、私たちが誰もが持っている人間の弱い部分とも言えます。弱さは誰もが持っているものであり、怒りにつながるものでもありません。でも、その弱さを受け入れることで、本当の強さを見出していくことができるのかもしれないですね。

今年この節分には自分の弱さに向き合い、怒りの正体を見つけてみてはいかがでしょうか。

中央公民館講座案内

【申し込み・問い合わせ】 ☎45-8446

対象者	町内在住者または在勤者 ※受講希望者が5名以内のときは、開講しない場合があります。
申し込み	2月1日(月)8時30分より、中央公民館窓口または電話で申し込んでください。 ※多くの方に参加していただけるよう初回の方を優先し、定員になり次第締め切ります。 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止になる場合があります。
費用	材料費・テキスト代 ※初日に集金します。 ※欠席・途中キャンセル時は払い戻ししません。

●スマートフォン・タブレット教室 応用クラス

とき	2月19日(金)・26日(金) (全2回) 10時~12時
費用	テキスト代 1,300円程度
持ち物	スマートフォンまたはタブレット、充電器、スリッパ、筆記用具、飲物、印鑑 (初日のみ) ※Windows フォンは対象外です。
講師	西原 恭子 先生
定員	6人

町民親睦囲碁・将棋大会 中止

例年2月に開催していましたが町民親睦囲碁・将棋大会は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止となりました。

~旧三笠ホテルの写真や資料を探しています~
 旧三笠ホテルに関する写真や資料、思い出話などを募集しています。
 お心あたりのある方はご連絡ください。