

令和5年度 大阪市立築港中学校

1年生学年通信

第136号

# キックオフ



## アンガーマネジメント研修

誰にでもある感情“怒り”。まずは自分の怒り方のタイプを知り、それをどうコントロールするかについて学びました。

あなたの怒りスタイルはどれでしたか？

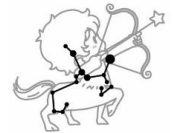
●隠された怒りスタイル…怒ってもいいんですよ？

言いたいことは言きましょう。

●爆発的な怒りスタイル…6秒ルール、失敗する前に。

●慢性的な怒りスタイル…世の中捨てたもんじゃありませんよ。

しわす  
師走



12月

いて座

発行日：12月8日

発行者：1年学年主任 堺



**来週の時間割** ＊来週は『読書強化週間』です。本をたくさん読みましょう。

＊職員会議や進路懇談・学期末懇談の影響で火曜日以外はすべて45分授業です。

	12/11(月)	12/12(火)	12/13(水)	12/14(木)	12/15(金)
1限	数学	英語	技術	英語	理科
2限	音楽	美術	社会	社会	英語
3限	社会		保体	2学期の反省	国語
4限	英語	家庭	国語	国語	数学
5限	理科	数学	数学	1・2年生 福祉教育 車いすバスケ	学期末懇談
6限	数学	保体	英語		

職員会議

3年生懇談スタート