

仕事も住まいもスッキリ快適!

働くパパママのための



整理術と掃除術



仕事に家事、洗濯…。毎日の生活を時間に追われて過ごしていませんか。
仕事でも家庭でも、スッキリ快適に過ごすために、家族みんなで整理と掃除のコツをプロから学びましょう。

1回目

12/15(土) 13:30~15:00

整理整頓で変わる時間の使い方

明日から使える整理整頓のコツを学びます。
できた時間で新しい楽しみを見つけましょう。

2回目

12/22(土) 13:30~15:00



楽ラクお掃除で広がる家族の輪

パパも子どもも一緒にできる掃除のコツを学びます。
★ピッカピカの住まいで新しい年を迎えましょう。

『かたづけ・そうじ』を通じて、人・企業・社会の成長を応援したい」と、いう思いから、ライフクリエイティブ協会を設立。現在は大手ハウスメーカーのセミナー、企業の人材育成、PTA・学校での教育関連セミナーなど積極的に取り組む。また、雑誌「an・an」では人気おそうじマイスターとして、またNHK「さらさらサラダ」東海テレビ「スイッチ」など家事マスターとして出演している。

講師 上田 伸美 さん

(一般社団法人ライフクリエイティブ協会 代表理事
ジェニモ株式会社 代表取締役)

場所 ハートフルスクエア-G 2階 中研修室

定員 50名 (小学生以上の方から一緒に参加できます・応募者多数の場合は抽選)

☆託児付:申込時に予約(満1歳~未就学児対象)

受講料
無料



申し込み方法・問合せ先

岐阜市女性センターのホームページ「講座お申込み」から応募又は、往復はがきに①講座名 ②参加者全員の氏名(ふりがな) ③年齢 ④性別 ⑤〒・住所 ⑥電話番号 (⑦託児希望の方は、お子様の氏名・生年月日・性別)を明記の上、**12月4日(火)(必着)**までにお申込みください。

直接申込みの場合は、返信用のはがきをお持ちください。

※迷惑メール対策をされている方は、女性センターからのメールが届くように設定してください。

※ご記入いただいた個人情報は、岐阜市女性センター事業のために利用し、適正な管理に努めます。 ★簡単申込み★



<岐阜市女性センター> 〒500-8521 岐阜市橋本町 1-10-23 ハートフルスクエア-G内(JR 岐阜駅東)
TEL: (058) 268-1052