

すっきり暮らそう!

シニア世代の

整理収納術

子どもの独立、定年退職、介護の問題など、人生の節目を迎えるシニア世代のみなさん！
人生 100 年時代と言われる中、誰もが自分らしく豊かに過ごすということは、重要なテーマです。
これからの自分のライフスタイルに合わせて、家の中を整えるための方法を学んでみませんか？
介護の負担軽減やケガ防止、家事時間の短縮、終活にも役立ちます。

受講料
無料

令和3年3月5日(金) 10:30~12:00

場所：市民プラザ（丹波ゆめタウン2階）

定員：会場 10名 オンライン 5名

※申込締切：3/2(火)（先着順）

☆新型コロナウイルス感染症の影響により、延期または中止になる場合があります。

☆ご来場の際は、マスクの着用、手指消毒、検温にご協力ください。会場は、換気の徹底、レイアウトの工夫等の対策を講じます。

対象：おおむね 50 歳以上の、市内在住・在勤の方

託児：あり（無料／1歳半～／定員3名） ※申込締切：2/26(金)

終活って、
何から始めたらいいの？

家に物が多くて危ない

家事の時間を減らしたい！

片付けたいけど、一体どこから
手を付けたらいいんだろう…



《講師》

野間 和美さん

（おうちかん 代表
整理収納アドバイザー）

お申込み・お問合せ 男女共同参画センター（人権啓発センター男女共同参画推進係）

丹波ゆめタウン2階（市民プラザ内） ※毎週月曜日は、休館日です。

Tel:0795-82-8684 メール: danjyo-center@city.tamba.lg.jp（QRコードからも申込可能）

★オンライン参加希望の方は、参加申込時にお申し出ください。（「Zoom」を使用）

<https://forms.gle/oaec5SQekHUSMB7X7>



<https://forms.gle/oaec5SQekHUSMB7X7>

主催：丹波市男女共同参画センター