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

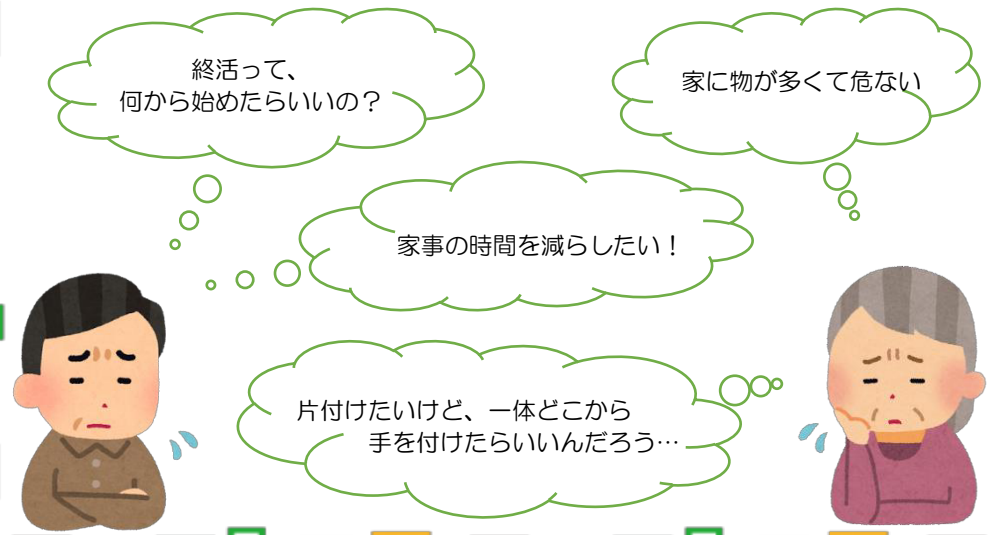
場 所 ： 市民プラザ （丹波ゆめタウン２階）

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）



≪講師≫
野間　和美さん
（おうちじかん　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（二次元コードからも申込可能）

https://forms.gle/oaeC55QeKHU5MB7X7

★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）

主催：丹波市男女共同参画センター