



家事シェア で わが家の家事をチーム化しよう！

12月1日(日) 10:00-12:00
宇治市男女共同参画支援センター
ゆめりあ うじ 4階会議室1

内容

「家事シェア」でわが家の家事 をチーム化しよう！

- ・ わが家のチームスタイル診断
- ・ 家事シェアのメソッド大公開
- ・ 仕事のスキルUPにもつながる家事をチーム化する実践ワークショップ

実践！家族がみんなで元気に 過ごせるセルフケア術

- ・ 育児・家事をいたわるセルフケア術



講師

三木智有氏

NPO法人tadaima!代表
家事シェア研究家・インテリアコーディネーター



講師

小川由智氏

(有) こじま
のぞみ整骨院グループ 統括本部長

お申し込み方法

先着30名



お申し込み電話番号
(0774) 39-9377

申し込みフォーム・電話または
直接センターへ



- ①お名前(ふりがな)
- ②連絡先(メールアドレス・電話番号など)
- ③保育希望(0歳6ヵ月～小学3年生)の場合、お子さんの名前(ふりがな)・年齢
※0歳児は月齢

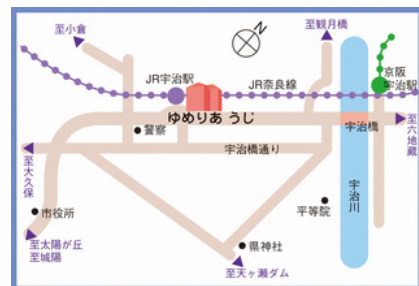
こんな方におススメ！

- ・ テーマに興味のある男性
- ・ プレパパ、未就学児パパ等
お子さんが小さいパパ
- ・ よりよい家庭運営のヒントが
得たい方

ご夫婦一緒に
参加も歓迎！

お申込み
締切 11/24 (日)

宇治市男女共同参画支援センター



宇治市宇治里尻5-9「ゆめりあ うじ」内

お問合せ 宇治市男女共同参画支援センター

☎ 0774-39-9377

✉ danjokyoudou@city.uji.kyoto.jp

京都府仕事と育児の両立体験プログラム
(事業受託者:スリール株式会社)

☎ 075-708-6965

✉ kyoto_ryoritu@sourire-heart.com