



明るく楽しく取り組む！【全2回】

終活スタートアップ講座

～片づけから始めよう～

家で過ごす時間が多くなっている今だからこそ、「片づけ」をしてみませんか？気力・体力・判断力があるうちに、これまでの生活で集めてきたものを整理し、人生の後半戦を安全・快適・豊かに迎える準備をします。「家」は人生の縮図。片づけを通して、これまでの人生を振り返り、そしてこれからの人生についてじっくり考えていきます。

2021年3月17日(水) 講義
午前10時～12時(会場 午前9時45分)

- ・ 片づけの基本(整理収納とは？整理のポイント、収納のポイント)
- ・ シニア向け収納法
- ・ 実践！タオルと洋服の簡単綺麗な畳み方

2021年3月18日(木) ワークショップ
※開催時間は17日と同じです。

- ・ 理想の環境を創り出すために片づけ計画を立ててみよう！
- ・ 人生100年時代 健康寿命を延ばすための収納



講師 **中山 真由美** (なかやま まゆみ) さん

Ritta Stanza代表 (リッタ スタンツァ)～優しい空間～

整理収納アドバイザー、整理収納アドバイザー2級認定講師
企業内整理収納マネージャー認定講師、ファイリングアドバイザー認定講師

整理収納の実績は14年。2000件以上のお片づけのお悩みを解決してきた。お子様から大人まで年齢層幅広く、分かりやすいと評判、また毎月雑誌に登場するなど人気の整理収納アドバイザー。2020年1月より、フリー整理収納アドバイザーとして、整理収納サービスの他、講師活動、商品監修、そしてメディア出演など幅広く精力的に活動中。

- 申込員 ▶ 2月17日(水)から申込受付。リーブラHP、電話、FAX、リーブラ窓口で申し込みできます。
会場 ▶ 各回20名(申込順)
対象 ▶ ZOOMによるオンライン講座 ※PC、タブレット、スマホからご参加いただけます。
対象 ▶ テーマに関心がある方、片づけが苦手な方

※参加費は無料です。

※オンライン講座のため、本講座の一時保育はありません。

※講座前日までに、受講者に受講方法等をメールにてご連絡します。



講座申込書

申込方法

- ・電話・FAX・ホームページ(申し込みフォーム)・リーブラ2階受付窓口にてお申込みいただけます。
- ・返信先のメールアドレスは、受信に支障のないアドレスを記入してください。
- ・FAXでお申込の場合は、こちらの用紙に記入し送信してください。
- ・定員を超えた場合は、お申込み受付後3日以内にリーブラからご連絡します。
- ・オンライン講座の場合は、前日までにメールにて受講方法等についてご案内させていただきます。

Tel:03-3456-4149 Fax:03-3456-1254 HP:<https://www.minatolibra.jp/>

明るく楽しく取り組む 終活スタートアップ講座 ～片付けから始めよう～【全2回】

開催日時 第1回 3月17日(水) 第2回 3月18日(木) いずれも 午前10時～12時

氏名	ふりがな	年代	歳代
昼間の連絡先	電話		
	メールアドレス		
港区との関係	在住・在勤・在学・その他(お住まいの市区町村)		
この講座を知った方法	区広報・リーブラHP・チラシ(入手場所:)・その他()		

★講座の諸注意★ 講座1日目にタオルと洋服の畳み方について学びます。

お手持ちのフェイスタオルと長そでのシャツ(カットソーなど)をご用意のうえ、ご受講下さい。

オンライン講座のため、一時保育はありません。



個人情報保護方針について

皆さまから必要に応じて、情報を収集させていただく場合があります。ただし、個人を特定できる情報を法令に基づくものを除き、本人の同意なく第三者へ提供することはありません。なお、外部委託する際には、個人情報保護水準を十分に満たしていることを条件に選定し、機密保持契約を締結した上で委託いたします。また、本人からの個人情報の利用目的の通知・開示・訂正・追加または削除・利用の停止・消去及び第三者への提供の停止の要請があった場合には、当社が定める所定の手続きに則り速やかに対応いたします。

港区立男女平等参画センター リーブラ

〒105-0023 港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦

Tel: 03-3456-4149

Fax: 03-3456-1254

HP: <https://www.minatolibra.jp/>

SNS: @libraminato



アクセス

- ▶ JR「田町駅」東口(芝浦口) 徒歩5分
- ▶ 地下鉄浅草線・三田線「三田駅」A6出口 徒歩6分
- ▶ ちいばす ★ 芝ルート・芝浦港南ルート(品川駅港南口行)「みなとパーク芝浦」
★ 芝浦港南ルート(田町駅東口行)「芝浦一丁目」徒歩4分
- ▶ 都営バス(田92・99)「田町駅東口」徒歩6分

