

オンライン講座

# 夫婦で家事シェア！

～男性も楽しくラク家事しませんか？

2020.11.14 (SAT)

14:00～15:30



講師：ももせいづみさん



コロナ禍で家で仕事したり、  
過ごす時間が増え、家事も

それにつれてぐんぐん増えています。

家族が気持ちよく暮らすために、ラクで楽しく家事が  
こなせるコツ、学んでみませんか！？

「やれば得する！ビジネス発想家事」の著者にお聞きします。

- ◆対象：テーマに関心のある方
- ◆講師：ももせ いづみさん(生活コラムニスト・家事研究家)
- ◆開催方法：オンライン(WebexまたはZoom)。パソコン、タブレット、スマートフォンで参加できます。資料の閲覧には、パソコン、タブレットが見やすいです。
- ◆定員：30名(申込順)
- ◆参加費：無料。オンライン通信料は自己負担してください。  
(Wi-fi環境があれば通信料はかかりません。)
- ◆申込：10月15日(木)から武蔵野市ホームページ、Eメールで、10月16日(金)からは電話でも申込みます。オンライン講座受講方法も含め、詳細は裏面をご確認ください。受付した方には、「オンライン受講の注意事項」をメールでお送りします。

武蔵野市立男女平等推進センター ヒューマンあい

〒180-0022 東京都武蔵野市境2-3-7 市民会館1F

TEL : 0422-37-3410 FAX : 0422-38-6239

E-mail : danjo@city.musashino.lg.jp (木曜休館)

<アクセス JR中央線「武蔵境」駅 nonowa口より 徒歩5分>



HPからも申し込みできます



## 【講師プロフィール】

### ももせ いづみさん

暮らし、ライフスタイルを主なテーマとするコラムニスト。日々の暮らしの中から生まれるコラム、忙しくてもゆるりと楽しく暮らすためのアイデア、時短レシピ、生き方のアドバイスなどは、性別や世代を超えて支持されている。1999年から2020までの20年間で出版した書籍は50冊以上。新聞や雑誌の連載多数。著書に、「やれば得する！ビジネス発想家事」(六耀社)、「ネオ家事入門」(PHP出版)、「家事がいままでの10分の1になる本」(三笠書房)、「働く母さんお助けバイブル」(主婦の友社)など。

## ＜オンライン講座の受講方法＞

男女平等推進センターへ申込み



開催1週間～5日前に受講のための招待メールを受け取る。スマートフォン、タブレットで参加の場合はアプリをダウンロード。



事前に自分のパソコン、タブレット、スマートフォンのカメラやマイクを動作確認



当日、講座開始30分前に、パソコン、タブレット、またはスマートフォンで招待メール内の「参加するボタン」をクリックして受講スタート！

## 【申込方法・申込先】

10月15日(木)から、武蔵野市ホームページ、Eメールで、10月16日(金)からは、電話でも申込みます。メールの場合は、件名に「講座名」をお書きの上、「氏名、住所、電話番号、年代(30代前半、30代後半など)」をお書きのうえ、お申込ください。**11月13日(金)正午まで**にお申込ください。

男女平等推進センター ヒューマンあい  
武蔵野市境2-3-7 市民会館1F

TEL 0422-37-3410 FAX 0422-38-6239

E-Mail danjo@city.musashino.lg.jp

＜受付：9:00～22:00 木曜休館＞



HPからも申し込みできます

