

2020年度 生活講習会

一緒に暮ら
る基礎を
学ばせ
ませんか



毎日の家事を楽しくゆとりをもって暮らすコツ

日時：5/22、29、6/5（全3回毎金曜日）10時～12時

会費：2,500円 会場：東京第三友の家（杉並区松庵2-5-1）

テキスト：羽仁もと子選集『人生の朝の中に』 お持ちでない方は申し込み時に予約の上、ご購入ください。

託児：1回400円（軽食としてパンを用意します） 要予約1歳以上 7名（先着順）

衣

「子どもの自立を助ける衣生活」
—整理・収納の工夫—
洗濯上手になりましょう
ボタンつけの実習

食

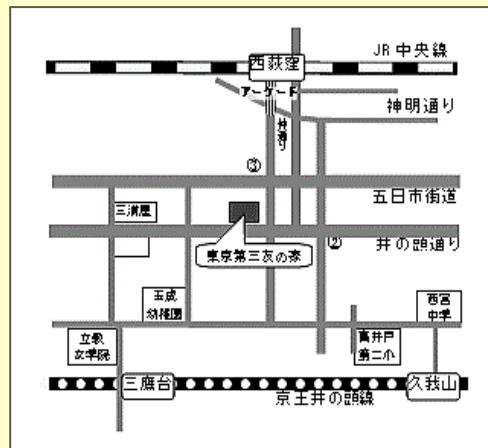
何をどれだけ
食べたら良いでしょう
誰でもできる
おいしい味付け

住

朝のスタートを手順良く
季節を楽しむ家事暦
—生活にうるおいを—
掃除のポイント

家計

家計簿をつけると
何がわかるでしょう？
—家計簿レッスン—



お申込み・お問い合わせ

▶東京第三友の会 T&F 03 (3247) 7007

ホームページからも
お申込みができます



東京第三友の会

定員 25名
(先着順)

東京第三友の家 アクセス

- ①JR 西荻窪駅より徒歩 12分
- ②JR 西荻窪駅よりバス（立教女学院行）
「水道道路東」下車 3分
- ③吉祥寺駅北口バス（中野行）
「松庵2丁目」下車 5分
- ④井の頭線三鷹台駅より徒歩 13分
- ⑤井の頭線久我山駅より徒歩 15分

<https://tokyodai3tomo.jimdo.com/>お申込み-お問合せ/

主催：東京第三友の会 後援：杉並区教育委員会

2020年度 生活講習会申込書

お名前（フリガナ）

ご住所

電話番号： ()

メールアドレス

託児希望の方 食物アレルギー なし あり（食品名)

お子様のお名前（フリガナ）： 男 ・ 女

お子様の年齢（2020年5月現在）： 歳 力月 生年月日： 年 月 日生

テキストのお申込み あり なし （会費と別に990円をいただきます）

