

教室
開講



家事 ダン



家事を楽しんで積極的に行う男性
「家事ダン」を目指しませんか？

すぐ始められる。長続きする。
役立つ**家事**を学びましょう。



すべての講座を受講された方には

「家事ダン」マイスターの称号を授与し、

認定証と記念品を進呈します！



対象 18歳以上の男性

市内に在住もしくは通勤、通学されている方

定員 30名

※初めて受講される方を優先いたします。

※応募多数の場合は抽選となります。

お問い合わせ先

「家事ダン」マイスター認定講座事務局 (株)北日本新聞開発センター内

TEL 076-445-3588 FAX 076-431-1915

主催：富山市男女共同参画推進センター



講師紹介



第1回

9/27 SAT 10:30~12:00



すれ違いはなぜ起きる？
夫婦の“会話のリズム”を整えるヒント

尾藤 光さん (咲わい 代表)

教員経験を経て富山市へ移住。
幸福度や組織づくりに関心を持ち、「しあわせに向かう人材育成」をテーマに研修や教育活動を行っている。

会場：CiC3F学習室1 **無 料**

第2回

10/25 SAT
10:30~12:00

第3回

11/15 SAT
10:30~13:00

※試食・片付け含む

バランスの取れた献立をたてよう!!
バランスの取れた献立ってどんなもの？

定番定食を得意料理に!!
定食を作ろう

会場：CiC3F学習室1 **無 料**

会場：大久保ふれあいセンター調理室

1,000円 (材料費)



山崎 亮子さん

(ATELIER table 主宰、管理栄養士、料理研究家)

料理研究家のアシスタントを経て富山市に移住。料理教室、企業との共同商品開発やレシピ提供、情報誌への連載など食にまつわる活動を行う。

第4回

12/20 SAT 10:30~12:00



「動線・動作」から考える服の整理収納術

金野 美保さん (整理収納サービス「Sukkirari☆スッキラリ」主宰)

小学校や福祉施設での指導経験を活かし、子どもにも伝わる整理収納の工夫や、家庭全体で取り組める片づけサポートに定評がある。家庭や職場での支援実績は800件超。資格を活かし、「ラク家事的コツ」や維持できる片づけ術を発信中。

会場：CiC3F学習室1 **無 料**

第5回

1/17 SAT 10:30~12:00



心地良い暮らしに。
簡単、時短な水廻りお掃除講座

黒田 幸太郎さん (株式会社リライフ 代表)

県内にて水廻りを中心としたリフォームを行う。「解体不要の浴室リフォーム」として古い設備を新品同様に仕上げるリメイク工事を得意とする。

会場：CiC3F学習室1 **無 料**

お申込みは、WEB申込フォーム、FAXで受け付けています。

申込締切：9月5日(金)必着

FAX 076-431-1915

WEB
申込フォーム



個人情報のお取り扱いについて

お預かりした個人情報は、厳重に管理し、講習の受講、運営業務、アンケート業務にのみ使用させていただきます。該当業務の委託に必要な範囲で委託先に提供する場合を除き、個人情報をお客様の承諾なく第三者に提供いたしません。個人情報保護法に基づき適正に管理いたします。

お名前(フリガナ)

年 齢

歳

住 所 〒

電 話

メール

家事ダン講座をお知りになったきっかけ ☐ 案内チラシ・ポスター ☐ 富山市広報 ☐ 富山市HP ☐ 富山市公式LINE ☐ その他()

全講座受講が原則です。 ※講座を欠席される場合は、事前にご連絡ください。

●交通アクセス

CiC会場 富山市新富町1丁目2番3号CiCビル3F学習室1

※CiC会場は無料駐車場はありません。

※公共交通機関もしくは周辺の有料駐車場をご利用ください。

大久保ふれあいセンター会場 富山市下大久保1776-1 調理室

●お問い合わせ…「家事ダン」マイスター認定講座事務局

(株)北日本新聞開発センター内

〒930-0094 富山市安住町2番14号 北日本スクエア中央館3階

TEL : 076-445-3588

