

自分時間を確保しよう!



# 家事時短講座

**とき** 平成30年 6月27日・7月4日・11日  
全3回 水曜日 午前10時～12時

**ところ** さんかくプラザ (郡山市男女共同参画センター)

6/27

料理がもっと楽しくなる  
美味しい時短レシピ

ハーブとスローライフの研究者

瀧田 勉さん

持参物：エプロン・三角巾・ふきん



7/4

工具の使い方を習おう!

ペンスタンド作り



郡山建設組合  
副組合長

大堀 昌孝さん

7/11

お家も心もスッキリ!

片付けのノウハウ



整理収納アドバイザー

鈴木 由佳さん



材料費を添えて窓口で  
お申込みください

- ❖対象：子育て中の女性
- ❖定員：30名(定員になり次第×切)
- ❖託児：あり 15名(1歳～就学前)
- ❖材料費：1,800円
- ❖申込み：6月19日(火)まで

—お問合せ先—

さんかくプラザ



郡山市男女共同参画センター

(公益財団法人郡山市文化・学び振興公社)

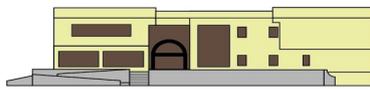
〒963-8876 郡山市麓山二丁目9-1

☎024-924-0900

「自分時間を確保しよう! 家事時短講座」申込書

ふりがな		年代	代	電話番号	
氏名		託児	なまえ(ふりがな)		年齢
					歳 ヵ月
					歳 ヵ月

※個人情報は受付名簿作成のために使用します。目的以外に使用することはありません。



さんかくプラザ

無料!

郡山市男女共同参画センター

# 託児室開放のお知らせ



郡山市男女共同参画センターでは、託児室を子育て支援のため開放しています。

- ❖対象：1歳児から未就学児までの子ども及びその保護者
- ❖定員：原則10名（保護者を含め先着順）
- ❖利用可能日：施設使用者が託児室を使用していない日時
- ❖利用時間：9時～13時・13時～17時

## ※託児室を使用希望の方へ

- 施設使用申請が当日まで可能なため、事前の利用予約はできません。利用日当日に利用可能時間を確認してください。
- 託児室を使用する際は、必ず保護者が同伴してください。保育士はおりません。
- 託児室での飲食は禁止致します。
- 託児室への玩具等の持ち込み、持ち出しはご遠慮ください。



—お問合せ先—

さんかくプラザ

郡山市男女共同参画センター

(公益財団法人郡山市文化・学び振興公社)

〒963-8876 郡山市麓山二丁目9-1

☎024-924-0900