



男性向け！生活を豊かにする家事力UP講座



育休、定年、介護と今時代は男性も家事をする機会が増えています。
しかし、何をどうしたらいいのかわからないという人も…。
そんな人のために、家事のコツとポイントがわかる家事入門講座を開催！
この機会に家族のため、自分のため、できることから始めてみませんか？

受講生
募集

男の家事教室

はじめよう家事シェア



STEP

1

11/30 (日) 10:00~12:00

洗濯編

洗濯表示、干し方、シミ抜き(実技)
たたみ方、衣類の整理収納のコツ

STEP

2

12/14 (日) 10:00~12:00

掃除 & 片づけ編

空調、窓周り、浴室、トイレ、換気扇
掃除道具、整理・収納のコツ 他



■対象 / 市内在住・在勤・在学の男性

■定員 / 20人(抽選) ■費用 / 無料

申し込み方法

申込フォーム、メール からお申し込みください。

- ① 講座名「家事シェア」
- ② 氏名(ふりがな)
- ③ 年齢
- ④ 〒・住所
- ⑤ 電話番号



〆切 11月17日(月)

申込フォーム

主催 高崎市中央公民館

〒370-0065 高崎市末広町 27 番地

お問合せ先 / ☎ 027-322-8605

お申し込み先 / ✉ chuou-kou@city.takasaki.gunma.jp