

生活を愛する人のために



2017 年度

# 生活基礎講習会

受講生募集中！

今大切にしたい健やかな家庭生活の基礎を一緒に学びませんか？

友の会の生活研究から生まれた生活基礎講習会は衣食住に家計を加えた6回シリーズで技術だけでなく、生活を愛する心を育てます。

## 日程と内容

	月 日	内 容
①	5月18日(木)	家計Ⅰ 「家計簿は必要？」 住Ⅰ 「家事にリズムを」 ポリバタキ作り
②	5月25日(木)	家計Ⅱ 「予算を立てましょう」 住Ⅱ 「ガラクタのない家に」 セスキ実習
③	6月 1日(木)	家計Ⅲ 「家計簿はじめの一步」 衣Ⅰ 「衣服の整理」 基礎縫い実習
④	6月 8日(木)	家計Ⅳ 「実例：わたしの家計」 衣Ⅱ 「洗濯の基礎知識」 セーターの手洗い実習
⑤	6月15日(木)	食Ⅰ 勉強と実習 「おいしく楽しく栄養のバランスを考えて」 朝食実習
⑥	6月22日(木)	食Ⅱ 勉強と実習 「おいしく楽しく栄養のバランスを考えて」 夕食実習

◎毎回はじめに『羽仁もと子選集』を読みます

時 間 午前9時30分受付開始

午前10時～12時 ※食の実習がある5回目と6回目は13時まで

会 場 浜松友の家 浜松市中区富塚町849 ※駐車場あります

遠鉄バス 「おかめ坂」下車徒歩7分 (浜松駅 1番乗り場)

または 「うさぎ橋」下車徒歩1分 (浜松駅 2番または14番乗り場)

会 費 講習料 全6回 3,600円

テキスト・資料代 1,600円

調理実習費 1,000円(2回分) **合計 6,200円**

※出席できない回のある方は、費用等ご相談ください。

定 員 20名

託 児 お子さま1人1回200円 (お弁当持参) \*申し込み時に予約をしてください

申し込み および 問い合わせ先  
浜松友の家 TEL 053-473-7941  
または 川合まで TEL 053-422-1217

ホームページで浜松友の会の  
活動を紹介しています。

浜松友の会 検索



〔後援〕浜松市

〔協賛〕公益財団法人 全国友の会振興財団



「全国友の会」は文部科学省  
「早寝早起き朝ごはん」  
全国協議会メンバーです