

もうリバウンドしない!

1月  
新講座

# プロに学ぶお片付け講座



なぜ片付かない、片付けられないのか？  
原因、整理・収納のポイント、実践ワークを  
3回講座で学び、部屋だけではなく  
アタマとココロもスッキリ！  
さらにリバウンドも防ぎましょう。

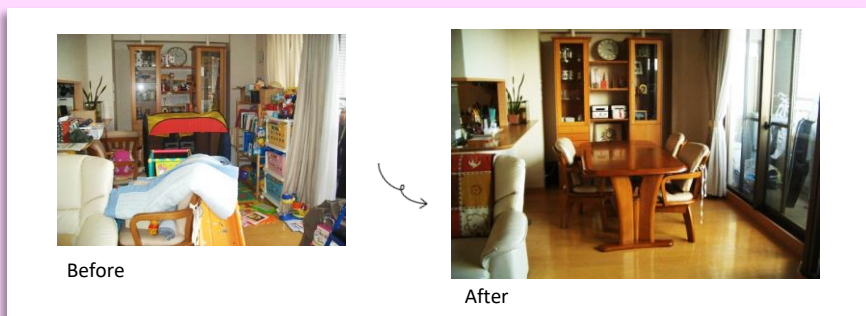
- 開講日 2023年1~3月(全3回) 第4水曜 10:30~12:00
- 受講料 3ヵ月(3回)分 7,755円(税込)
- 持ち物 筆記用具、必要な方は室内用スリッパ



【講師】

一般社団法人  
日本清掃収納協会認定講師

杉 千郷



日程	内容
1月25日	<p><b>「片付かない原因とメリットの理解」</b> なぜ片付けられないのか？理由を深掘りすることで自分の傾向を捉えます。 片付けを始める前に、アタマとココロの整理をすることの大切さも学びます。 リバウンドを防ぐために、どんなことに気を付けるべきか思考のポイントにも触れていきます。</p>
2月22日	<p><b>「四分類仕分け法と整理・収納ポイント」</b> 実際の片付け作業の具体的なやり方を、実例を見ながら理解します。 「物は四分類で片付ける！」をキーワードに心に寄り添う仕分け法を学んでいきます。 そして、物を収納する際の大きな7つの柱を再確認しましょう。</p>
3月22日	<p><b>「箇所別収納事例と片付けの実践ワーク」</b> 箇所別収納事例について、写真を見ながら学びます。 実際に片付けワークをすることで、学んだことをもう一度確認し理解を深めます。 講師オススメの収納グッズなども紹介します。</p>

\*掲載写真は全てイメージです

お申込み・お問合せは窓口、フリーダイヤル、ホームページまで

- ※受講料には、維持管理費が含まれています。
- ※一部の講座の受講料には、音楽著作権使用料が含まれています。
- ※内容・日程は変更になる場合がございます。ご了承ください。
- ※講座により募集締切日が異なりますので、お問い合わせください。
- ※お申込みの人数によっては、開講中止となる場合もございます。予めご了承ください。



南大高 中日文化センター  
Culture & Communication 中日新聞

0120-534-373

(月~金) 10:00~19:00 第1・3(日) 10:00~16:00  
(土) 10:00~17:30 第2・4(日) 10:00~13:00

ホームページ



中日文化センターへ初めてご入会される方は、別途登録料550円(税込)が必要です。

〒459-8016 名古屋市緑区南大高二丁目450番地 イオンモール大高1階