

# パパのしゃべり場



- 【対象者】 ひとり親のパパ
- 【場 所】 ジョイナス.ナゴヤ
- 【時 間】 16:00~17:30
- 【定 員】 8名 (予約制・先着順)
- 【託 児】 あり (予約制)

\* 託児は開催日の2日前の13時までにご予約ください

ひとり親でなければ分からないことを  
安心して話せる場所です。  
シングルパパ同士 情報交換しませんか？



その後 みんなで  
話し合いました



## ミニ講座 “家事ラク・時短セミナー”

講師：上田 伸美 (のぶみ) 氏

一般社団法人ライフクリエイティブ協会代表理事。ジェニモ株式会社代表取締役。大手ハウスメーカーのセミナーはじめ企業の人材育成、学校での教育関連セミナーなど子育て応援活動などにも積極的に取り組んでいます。現在も一般家庭はじめ企業様のかたづけ・そうじ活動に日々走り回っています。

### “かたづけ・そうじ編”

毎日の家事に取り入れることで、子どもと過ごす時間が増え、自分の時間を持つことにつながります。時間・こころ・空間にゆとりを生み出す時短術です。

この日はママも参加できます

① 6/24(土)

② 7/22(土)

### “日々の節約編”

物価も光熱費も上がり続ける中、日々の暮らしに無理なく続けられる節約のアイデアをお伝えします。

この日はママも参加できます

③ 11/11(土)

④ 11/25(土)

