

両立応援  
セミナー家事と子育てと  
仕事が両立できる

## 時短家事

家事・育児・仕事に毎日忙しい

一人の時間も  
楽しみたい

家族との時間を増やしたい



少しのアイデアで家事負担を軽くし、気持ちも暮らしも、もっとラクに。暮らしや家事の中で小さな幸せや楽しさを発見し、心にゆとりをもって充実した日々を過ごすためのヒントについてお話しいたします。他の参加者と意見や情報を交換するグループワークもあります。

日時

2023 8/26 土 14:00 ~ 16:00

会場

リンクス溝の口 2階 会議室  
JR 武蔵溝ノ口駅、東急溝の口駅 徒歩5分

対象

神奈川県内に在住または在勤の  
子育てと仕事を両立している  
両立したい女性・男性

定員

20名 定員あり / 先着順

託児

0歳から就学前まで、事前予約制  
定員あり / 無料講師 マキさん  
シンプルライフ研究家

夫と2人の娘と暮らすワーキングマザー。サイト「エコナセイカツ」やオンラインサロン「シンプルライフ研究会」でシンプルに心地よく生きるための家事のコツや心がけ、暮らしが楽になるヒントを発信。講演、ブランドとのコラボ企画、住宅プロデュースなども手がける。「しない家事」「なくす家事」他、著書多数。

申込み

ホームページ▶

かながわ労働センター川崎支所のご案内



申込みでいただいた個人情報は、今回のセミナーに関してのみ使用します。

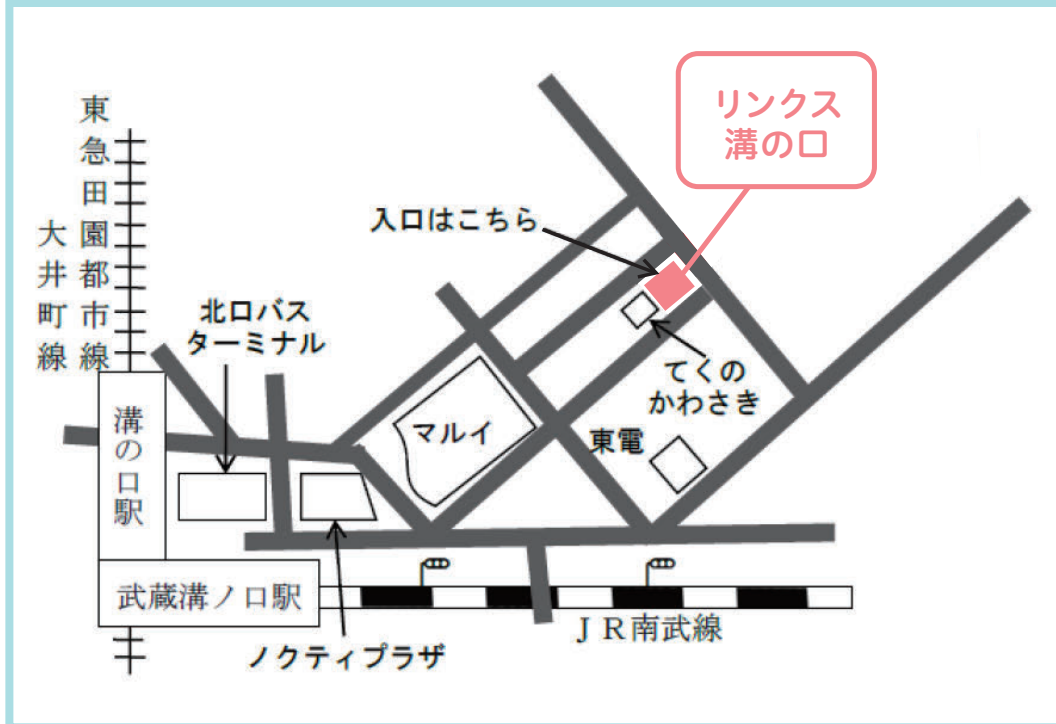


※ お子様とご一緒にセミナーを受講することはできません。託児をご利用ください。  
※ 天候などの状況等によりセミナーや託児を中止または内容を変更する場合があります。



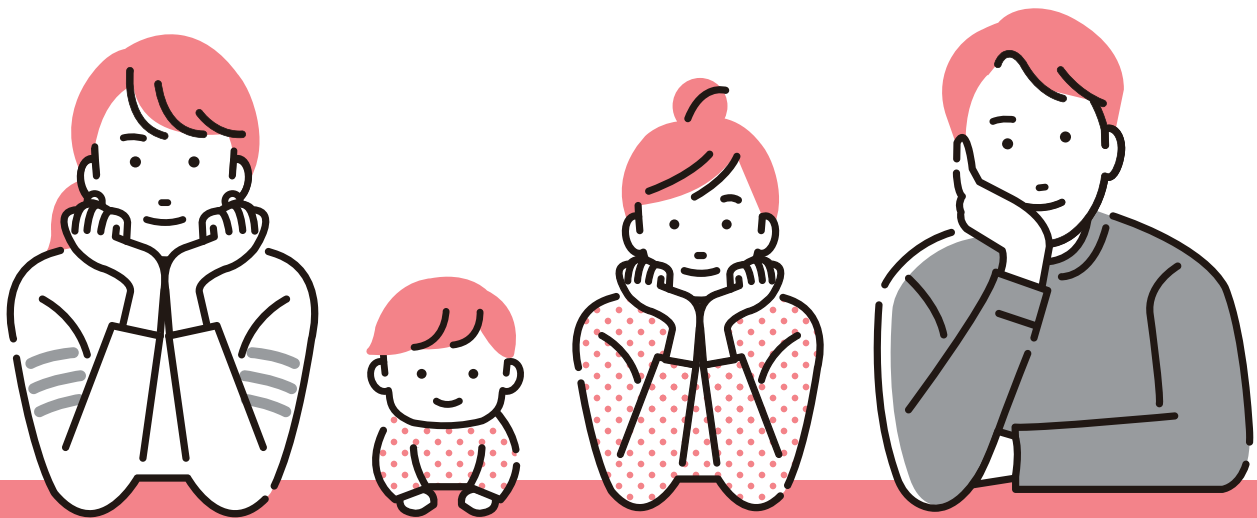
神奈川県

## 会場案内図



## リンクス溝の口 2階 会議室

〒213-0001 川崎市高津区溝口1-6-12  
JR「武蔵溝ノ口駅」又は東急「溝の口駅」下車 徒歩5分



神奈川県かながわ労働センター川崎支所  
問合せ先 : 044-833-3141