

## 第4回 育友会教養講座

去る2月2日に第4回 育友会教養講座を実施しました。講師に高橋 奈緒（たかはし なお）さん（整理収納アドバイザー）をお招きしました。講座のテーマは「暮らしがラクになる片づけ～暮らしを整えて家族との関わりもラクになる～」でした。

講座は参加者の皆さんが3つのグループに分かれ、「日々の片付けの困りごと」・「理想の暮らし」・「あなたが相談している（したい）人」などワークを行いながら、講座のテーマについて見識を深めることができました。

講座では、「片づけによる3つの効果」・「整理と片づけの関係」など片づけだけにとどまらず、片づけを通じた「親と子の関わり方」などにも及び、参加者の皆さんも示唆されたところが多くありました。

講座の最後には、「片づけをうまく進めるコツ」を具体的に示されました。今後、これを自分たちの生活の中で活かしていくことができればと思います。

