

講座番号

48

講座名

片づけから始める明るい生前整理

日時

4/28 5/26 6/23 7/28 8/18(金)

10:00～11:30

場所

カラット 活動室 1(北) 北館3階

回数

5回

定員

15名

講師名

野村まさみ

生前整理…物・心・情報を整理し、これからの人生をよりよく生きるための作業

「いつかはやりたい」「どうしたらいいかわからない」…



何をしたらいいのかがわかり、今日から始められるようになります！

回	日程	内容
1	4/28	生前整理基本講座
2	5/26	身の回りの物を片付けよう～整理収納法を学ぶ
3	6/23	身の回りの物を片付けよう～実践編
4	7/28	心・情報を整理して今後の暮らしを考える エンディングノートの書き方
5	8/18	まとめ

生前整理や整理収納法を学ぶだけでなく
ワークや宿題をやることで早速実践することができます。

身の回りの物や情報を整理し、これまでの人生を振り返り
これからどう暮らしていきたいのかを考える講座です。

プロが伴走するので、初めての方も一歩ふみ出してみませんか？



プロフィール

元片付け下手な片付けのプロ。
母が亡くなったことをきっかけに、
生前整理の重要性を実感。
考え方やコツをお伝えし、
生前整理を広める活動中です。



整理収納アドバイザー1級
生前整理アドバイザー1級
インテリアコーディネーター
とよあけ市民大学「ひまわり」講師

受講料

3,500円

教材費

500円

持ち物

筆記用具