



目からウロコの『家事半分』術

～やり過ぎない家事で仕事と家庭の両立を～



『家事のしすぎが日本を滅ぼす』の著者

佐光 紀子さん（ナチュラルライフ研究家 翻訳家）を講師に、家事・育児に頑張り過ぎない楽しい暮らし術について考えます。

平成30年

11月3日(土)

午後1時30分～3時30分

【講師プロフィール：

佐光 紀子（さこうのりこ）氏】

繊維メーカーや証券会社で翻訳や調査に携わったあと、フリーの翻訳者に。重曹ブームの先駆けとなる『天使は清しき家に舞い降りる』の翻訳をきっかけに、重曹や酢などの自然素材を使った家事の研究を始める。2002年『キッチンで材料でおそうじするナチュラル・クリーニング』（ブロンズ新社）を出版。以降『常識やぶりの「家事半分」術』（PHP）、『椿油のすごい力』（PHP）、『やめたら、お家スッキリ！—モノと手間がグンと減る「楽チン生活」70のヒント』（大和出版）など著書多数。現在、講演や著作活動を展開、各メディアで活躍中。

★ソレイユさがみセミナールーム2

★対象者・定員：女性 20名（要予約）

★保育：1歳以上未就学児（要予約）

★参加費：無料

★お申込み・お問い合わせ：

042-775-1775

FAX 042-775-1776

主催/総合就職支援センター

ソレイユさがみ

（相模原市立男女共同参画推進センター）

【指定管理者：特定非営利活動法人男女共同参画さがみはら】
〒252-0143 相模原市緑区橋本 6-2-1 シティ・プラザはしもと内
JR 横浜線・JR 相模線・京王線 橋本駅北口徒歩1分
（イオン橋本店6階）

