

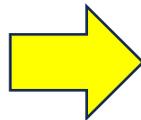
同時配信公民館講座

スッキリ・安心！シニアのための

快適な片づけ術

物の整理は心の整理です。生活の質を上げ、健康寿命を延ばすために、今出来る事から、一歩ずつ始めてみましょう！

整理前



整理後



片づけが苦手な方でも、受講後に無理なく始められる内容です！

【日時】12月19日(木)13:30~15:30

【講師】金原 由納 先生(整理収納サービス きれいなおへや 代表)

【会場】(オンライン)長崎市内 各公民館(中央・三和公民館をのぞく)

※ この講座は、中央公民館から市内の公民館へ動画配信を行います。

【受講料】無料 【持参する物】筆記用具

【定員】10~30名(各公民館・文化センターによって異なります。)

※申込多数の場合、他の公民館へご案内することもあります。



金原 由納 先生

※ 受講お申し込みは、各公民館または長崎市ホームページよりお申し込み下さい

受講お申し込み方法 <希望受講公民館へ> 往復はがき・直接来館 <全館> インターネット

◎往復はがきの場合

往信 〒○○○-○○○ 長崎市○○町○ 長崎市○○公民館 「講座名」係	白紙 この面には何も 記入しないで ください	返信 〒 受講申込者の 郵便番号 住所 氏名	①講座受講希望館 ②郵便番号 住所 ③受講者氏名 (ふりがな) ④年齢 ⑤連絡先電話番号
--	--	--	--

往復はがき(170円)をご購入いただき、上記の要領でご記入のうえ、お送りください。

※注意 受講結果を印刷しますので1講座につき、はがき1通で受付となります。

◎直接来館される場合

返信連絡用として官製はがき(85円)の表面にご自分の住所・氏名を記入のうえ、ご持参ください。

応募期間

11月1日(金)~

11/29(金) 必着

◎インターネットの場合

下記サイト(長崎市公式ホームページ)の申込フォームに必要事項を入力の上、送信してください。

※注意 メールアドレスの誤入力や迷惑メール対策を行っている場合は確認メールが届きません。また、迷惑メール対策を行っている場合は「@city.nagasaki.lg.jp」を受信設定にしてください。

申込み用
コード



<主催・お問合せ>

長崎市教育委員会生涯学習企画課及び各公民館・文化センター

<電話>095-829-2044(平日8時45分~17時30分)

長崎市 公民館

