

★ ごいっしょに楽しく勉強しませんか ★

<p><b>○健康をめざす食事</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食べ方、分量のとり合わせ</li> <li>・ 栄養の知識</li> <li>・ 料理の実習</li> <li>・ 弁当、菓子作り</li> <li>・ 楽しい食卓</li> </ul> 	<p><b>○子育てを楽しく</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 子どもの生活リズム</li> <li>・ 食事とおやつ</li> <li>・ 着やすい洋服</li> <li>・ 手作りおもちゃ、おもちゃの片付け</li> <li>・ 親と子のかかわり</li> </ul>
<p><b>○家庭の経済を考える</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 家計簿をつける</li> <li>・ ライフプランをたてる</li> <li>・ 予算生活</li> </ul>	<p><b>○さわやかな衣生活をめざす</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 衣服の持ち方と組み合わせ</li> <li>・ エプロン、パジャマを縫う</li> <li>・ みんなで洗濯上手に</li> <li>・ 収納と手入れ、アイロンかけ</li> </ul>
<p><b>○簡素な中に豊かなくらし</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 予定生活と時間の使い方</li> <li>・ 住まいの手入れ</li> <li>・ 整理収納</li> <li>・ 生活を彩る工芸</li> </ul> 	<p><b>○環境を考える</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 光熱費の削減</li> <li>・ ゴミや水など身近からできることを考え、実行につとめる</li> </ul> 

**行事** 6月・12月…友愛セール、 11月…家事家計講習会、  
生活講習会、 依頼講習他  
こうさぎ（2、3才児の親子の集まり）  
坊っちゃんマドンナ生活クラブ（小学生のための生活勉強会）

**会員勉強会**（連絡をくださればいつでも見学できます）

例会 最寄会 生活基礎勉強会（衣 食 住 家計） 家計サロン  
乳幼児を持つ母の集まり 小中学生を持つ母の集まり 明日の友グループ  
生活工芸グループ 縫う会 災害支援活動