



親子で楽しく  
お片づけを学ぼう

片づけ脳力を育み 人生を整える力を身につける

# 親子 お片づけ講座

対象  
小学生  
の親子



## あいうえ お片づけ

**日時** 2022年 1月 22日 (土)  
10:00 ~ 12:00

ご希望の日程での開催も受け付けいたします。お問い合わせください。

**参加費** 親子1組 3,850円 (税込)  
お子様一名追加に付き、+1,650円 (税込)

**場所** ぎふメディアコスモス おどるスタジオ  
岐阜県岐阜市司町40番地5

**定員** 親子6組

※新型コロナウイルス拡大防止のため、マスク着用、手指の消毒のご協力をお願いいたします。



- ・片づける理由とは？
- ・マンガを読んで考えよう
- ・かたづけかるたで遊ぼう
- ・順番が大事！～片づけピラミッド
- ・ワークで体感しよう
- ・まとめ
- ・自由研究課題の作り方

こんなお悩みはありませんか？

- ★ 片づけてもすぐに散らかる
- ★ 使ったら使っぱなし
- ★ 片づけのことでいつもガミガミ
- ★ 怒られないと片づけようとしらない

「かたづけかるた」をつかって  
親子で楽しく片づけを学べます！

「片づけ」という日常的な行為を通じて、小学生のうちから「考える力」「実行する力」を育むことを目的とした講座です。親子で楽しく学んでいただき、講座で学んだことを自宅で一緒に取り組むことで「片づけ」が毎日の習慣につながります。



頭の中を  
整理する

片づける理由を考え、時間を生み出す片づけ方を学びます。



片づけ  
ピラミッド

片づけは順番が大事！苦手なところがわかると、どうすればいいかも分かりやすくなります。



ワークで  
体感する

マンガやかたづけかるた等たくさんワークで、楽しく遊びながら学びます。

**講師：伊藤 千晴** (マスターライフオーガナイザー・片づけ脳力®トレーナー)

Live Your Life 代表。片づけは怒られてするより、片づけて楽しいと子どもたちに思ってもらいたいと願っています。子どもたちは無限の可能性を秘めています。片づけを通して自分に「必要なモノを選び取る力」をつけることは、「夢を叶える力」を身につけることと実は同じなんです。小学生と中学生2児の母。



### Live Your Life サービス

- 訪問片づけサポート  
ご自宅での相談後、一緒に片づけ作業を行います。
- 個別片づけ相談  
ご自宅以外の場所で片づけの悩みにお応えします。
- 新生活片づけサポート  
引っ越し時に新たな暮らしづくりをお手伝いします。
- 出張講座  
イベント等で、ママや親子に向けた講座を行います。

お申し込み・お問い合わせ

お申し込みフォーム



ブログ <https://ameblo.jp/mimimisoki/>



一般社団法人日本ライフオーガナイザー協会

© Japan Association of Life Organizers All Rights Reserved.





ストレスを減らす💡 自分にあった片づけ方をみつける

# 利き脳片づけ® 収納術講座



- ✓ 片づけの順番が知りたい
- ✓ 心にゆとりが欲しい
- ✓ 自分に合った収納用品を見つけたい

こんなお悩みを  
解消します!

手に「利き手」があるように、脳にも「利き脳」があります。ライフオーガナイズの手法の一つである「利き脳」をヒントに自分や家族に合った片づけ方を見つけ、自分自身の力で自宅を片づけたいと思っている方を対象とした講座です。

## 2022年 1月 29日 土 9:30~11:30

みんなの森 メディアコスモス かんがえるスタジオ

**会場** みんなの森 メディアコスモス  
岐阜市司町40番地5

**参加費** 3,850円 (税込)  
JALO会員2,750円 (税込)

**申込み** お申し込みフォームまたはブログ  
(<https://ameblo.jp/mimimisoki/>) より  
お申込みください。

**定員** 5名

**持ち物** 筆記用具

お申込み  
フォーム



ブログ  
QRコード



感染症対策 (マスクの着用、手洗い、手指の消毒)  
にご協力をお願いします。



伊藤 千晴

日本ライフオーガナイザー協会  
マスターライフオーガナイザー

人生を楽しむために  
暮らしを整える  
お手伝いをしています

ライフオーガナイザー®とは、家事代行型の整理収納サービスとは一線を画す、本格的な思考の整理からはじめるコンサルティング型の片づけ支援サービスを提供するプロフェッショナルです。(ライフオーガナイザー®協会HPより)

 *Live Your Life* サービス

- ・訪問片づけサポート  
ご自宅での相談後、一緒に片づけ作業を行います。
- ・個別片づけ相談  
ご自宅以外の場所で、片づけの悩みにお応えします。
- ・新生活片づけサポート  
引っ越し時に新たな暮らしづくりをお手伝いします。
- ・出張講座  
イベント等で、ママや親子に向けた講座を行います。



# 部屋の片づけは 思考の整理から

思考の  
整理編

## ライフオーガナイザー入門講座

clover  
2019-20

今のままで  
大丈夫？

- ✓ どこから手をつけていいかわからない。
- ✓ 私ばかり片づけて毎日イライラする。
- ✓ 捨てるのが苦手でうまくいかない。
- ✓ やることが多すぎて片づける時間がない。

＼自分にあった片づけ方が学べます！／



知る

アメリカ発祥の片づけ術である、ライフオーガナイズの考え方を学びます。



わかる

他の片づけ方との違いや、ライフオーガナイズ基本的手法をご紹介します。



やってみる

ワークを通して、具体的な行動計画を考えます。帰宅後、すぐに実践できます。

## 2 / 3 (木) 10:00~13:00

会場 | みんなの森 メディアコスモス 定員 | 4名  
かんがえるスタジオ (少人数制)  
(岐阜市司町40番地5)

受講料 | 3,300円(税込) ※JALO会員：1,650円(税込)  
事前銀行振込み・PayPay送金決済のいずれかをお選びください。

申込み | フォームまたはブログ(<https://ameblo.jp/mimimisoki/>)  
よりお申込みください。

お申込みフォーム  
はこちら



ブログQRコード  
はこちら



備考 | 感染症対策(マスクの着用、手洗い・消毒)にご協力をお願いします。  
最低開催人数に満たない場合は開催を中止することがあります。  
あらかじめご了承ください。

ライフオーガナイザー<sup>®</sup>とは、家事代行型の整理収納サービスとは一線を画す、本格的な思考の整理からはじめるコンサルティング型の片づけ支援サービスを提供するプロフェッショナルです。

あなたの  
"はじめての一步、を  
サポートします！

マスターライフオーガナイザー  
日本ライフオーガナイザー協会  
認定講師：伊藤 千晴



「もっと楽に もっと生きやすく」

ママとしての時間も自分の時間も楽しむ人の輪が広がって、素敵なお縁がどんどんつながっていくことを願って活動をしています。