

2020年度

# ZOOM 家事家計講習会

今年度は下記の予定でZOOM開催します

開催日時	私の工夫	プログラム
11月17日（火） 10：00～11：00	シニアの暮らし	家計簿から見た年金生活 いきいきシニア 食の工夫 暮らしをつなぐ「もしもノート」 心豊かにシニアライフ
11月17日（火） 10：00～11：30	教育費 どう乗り越える？ どう乗り越えた？	教育費 「わが家の9か月まとめから」「9か月を振り返って」 おしゃべりタイム
11月19日（木） 10：00～11：15	バランスの良い食生活 －毎日の元気を生む食事－	献立のヒント（工夫の話あい） 何をどれだけ食べたなら良い？食費はいくら？ 元気な3姉妹と楽しく食事作り 一人暮らしの豊かな食卓
11月20日（金） 10：00～10：15	よいい生活に向けて	衣服の持ち数調べから「私調べてみました」 衣服費10か月のまとめから
11月21日（土） 14：00～15：00	我が家の暮らし どう変わった？ 10分でできる衣食住	我が家の暮らしを振り返って 10分でできる「衣食住」 住について
11月21日（土） 10：00～11：30	やってみよう！ お金の整理整頓	やってみよう！お金の整理整頓 今年の家計はどうだった？ ”つけていると見えてくる”
11月24日（火） 10：00～11：30	コロナ禍での暮らし	10か月暮らしてみて、予算と実際の生活を振り返る ステイホーム中の生活
11月24日（火） 10：00～11：00	暮らしとお金 －私のシニアライフ－	今年の生活を振り返り、家計簿記帳の楽しさ、 若い時とは違う時の流れを考える
11月28日（土） 15：00～16：20	すっきり整理！ 書類と時間と家計	私たちの書類整理 時間調べ（昨年と現在） 書類と時間と家計の関わり

主催 相模友の会

協賛 公益法人 全国友の会振興財団

後援 婦人之友社