

断捨離入門

モノの捨て方、向き合い方

片付け、捨てる代名詞のように使われている「断捨離」ですが、本来は「捨」を基本としてモノと向き合い、自分と向き合うことを学び、実践することです。断捨離の目的と方法を学び、快適な居住空間とともに精神的・物理的・時間的によりよい生活を手に入れましょう。

3月に実施したものと同じ内容になります。



○日時 **8月26日(火)** **午後2～4時**

○場所 ウェルファーム杉並 3階 第1・2教室
天沼 3-19-16

○定員 32名 (区内在住・在勤・在学の方)

○講師 やましたひでこ公認断捨離®チーフトレーナー
小林 理恵 (右上)

○1歳～就学前の託児あり 定員あり・締切8月12日正午

<申し込み・問い合わせ>

杉並区立消費者センター

3398-3141