

「子育てしながら、 おうちをキレイに！」

～がんばらない小さな工夫～

子育てをしながら思う
「あれも片付けないと…、こ
こも掃除しないと…」でも、
あっという間に過ぎてしま
う時間…。そんな毎日に、
ストレスを感じていません
か？

今回の講座では、子育て中
の忙しい毎日でも、少しの工
夫でおうちがきれいになる
コツを教えてくださいます。
また、身近なものを使った便
利グッズも作ります。
ぜひご参加ください。

片付けたいのに
もう、こんな時間！

気がつけば今日も、
バタバタ終わってる。

“やらなきゃ”が
溜まってストレスに…



参加
無料

令和8年

6月24日(水)

午前10時～11時30分

*一時保育あり(1歳6ヶ月～)
上記未満は同伴可

講師

西宮友の会
芦屋方面のみなさん

対 象) 子育て中の保護者

定 員) 先着15名

場 所) 上宮川文化センター・3階 大会議室

申し込み) 6月9日(火) 午前9時30分～

電話または、申し込みフォームの受付開始

申し込みフォーム



お問い合わせ

芦屋市立児童センター(上宮川文化センター内)
0797-22-9229(平日 午前9時～午後5時)



ホームページ