令和8年度下松市女性活躍支援セミナー

家事・育児をラクにして 暮らしを楽しむための時短家事セミナー

参加費無料





「男性と女性」、「夫と妻」の固定的な役割分担意識を捨て、夫婦が協力して家事や育児を分担しようというけれど、何から始めればいいかわからない…という人も多いのではないでしょうか。

家族で家事をシェアするにはどうすればいい？家事の効率的な進め方や負担を減らすコツを学んで、家事の分担＆習慣化にチャレンジしましょう。

時短家事で、家族の協力体制をつくり、家庭円満、ゆとりのある生活を楽しみませんか。

日　時　令和8年12月17日(木)
14:00～15:30

会　場　ほしらんどくだまつ2階
サルビアホールA
（下松市大手町二丁目3番1号）

対象者　関心のある方ならどなたでも

定　員　50名(先着順)

申込締切　令和8年12月10日(木)

内　容

講演　家事・育児をラクにして
暮らしを楽しむための時短家事セミナー

- 共働き世帯の現状
- 家事を早く効率的に行う方法
- ゆとりが生まれ家族との絆を育む「家事シェアメソッド」



講師　柴田（しばた） さちこさん
シアワセ空間計画室代表

主催／問い合わせ先

▶詳細は裏面をご覧下さい

下松市人権推進課男女共同参画室　TEL 0833-45-1825
メール▶jinken@city.kudamatsu.lg.jp

参加申し込み先URL▶ https://logoform.jp/f/0jMpP

お申し込み

日　時　令和8年12月17日(木) 14:00～15:30

参加費無料

会場位置図

会 場

会場／ほしらんどくだまつ2階
サルビアホールA
（下松市大手町二丁目3番1号）

※会場の駐車場には限りがありますので、公共交通機関のご利用や乗り合わせでのご来場にご協力ください。ほしらんどくだまつ駐車場が満車の場合は下松市役所駐車場をご利用ください。





対象者　**関心のある方ならどなたでも**

お申込み方法

左記のQRコード、または
こちらのURL▶ https://logoform.jp/f/0jMpP
からお申込みフォームにてお申込みください。
※いただいた個人情報は、当講演会および人権推進課主催の行事案内以外の目的には使用いたしません。

申込締切　12月10日(木)

お問い合わせ

下松市役所　人権推進課男女共同参画室
■TEL　0833-45-1825
■メール　jinken@city.kudamatsu.lg.jp



講師プロフィール
Profile

一般企業勤務、航空会社地上職勤務を経て結婚、出産後、市の生涯学習担当嘱託職員として勤務。
その時に整理収納と出逢い、整理収納の重要性、奥深さに魅かれた。
2010年に整理収納アドバイザー1級を取得。2011年、整理収納アドバイザー2級認定講師資格を取得。2013年インテリアコーディネーターの資格を取得。2016年には時短家事コーディネーター講座の資格講座の立ち上げから携わり、スタートアップ 認定講師、全国講師統括マネージャーとしても活躍中。
プライベートでは、長男(25歳)、次男(23歳)、長女(12歳)の母。



柴田（しばた） さちこさん
シアワセ空間計画室代表

資格
- インテリアコーディネーター
- 一般社団法人ワーク・ライフ・インテグレーション協会
  理事/全国講師統括マネージャー
  時短家事コーディネーター®Basic・Expert認定講師(第1号)
  トモダテトレーナー
- NPO法人ハウスキーピング協会　整理収納アドバイザー1級
- 整理収納教育士認定講師(山口県初)