

# 家事家計講習会



## 皆で話そう 暮らしと家計

私達は、雑誌「婦人之友」を愛読している全国友の会のメンバーです。婦人之友の記載から 防災時の備え、あると便利な作り置き料理の紹介・実習、私達が考えるマイクロプラスチック問題のこと、家計のことについても気軽におしゃべりしてみませんか？

9月29日(木) 10:00~12:00 会場 カナマチぷらっと【ベルトーレ金町3階】

◇ 防災、我が家の備え、どうしていますか

備蓄食品を上手に使い切るには・・・

「ポリ袋調理」を体験してみよう インフラ止まった時も温かい料理を！

10月23日(日) 10:00~12:00 会場 カナマチぷらっと【ベルトーレ金町3階】

◇ 手早く おいしく 食事づくり

作り置き・半調理 我が家の味で「あったらいいな、でも、いつ作る？」

乳酸発酵漬けて知ってる？ 身近な野菜・魚・肉を使った展開料理を紹介

◇ 家計入門

収入はいくら？税金・社会保険の額は？

将来も考えて「今の生活」の方針を持とう

11月17日(木) 10:00~12:00 会場 カナマチぷらっと【ベルトーレ金町3階】

◇ 私たちの体の中にもマイクロプラスチック？

プラスチックフリーライフを目指して

私たちがやってきたこと・もっとできること

◇ 高年の家計

安心して暮らせる若い時からの「家計」

社会の制度を知ろう

### 会場アクセス

・JR 金町駅南口

・京成金町駅

いずれも徒歩1分

### 参加費

ご都合の良い日に何回

でもご参加ください

3回通しての参加も

大歓迎です 1回 200円

※ 内容は変わる可能性があります

主催： 東京第一友の会 葛飾方面

後援： 婦人之友社

お申込み・問い合わせ [katsushikahoumen@gmail.com](mailto:katsushikahoumen@gmail.com)

東京第一友の会ホームページ <https://ichitomo.net/>

協賛： 公益財団法人 全国友の会振興財団



イラストレーション 松尾ミユキ (かぞくのじかん VOL.57) 無断転載・使用はお断りしています。



## お金の不安、さあどうする?!

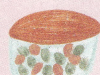
婦人之友社の家計簿でまずは見える化!!  
ウェブサイトからあなたにあった家計簿がえらべます。



『羽仁もと子家計簿』がスマホ・パソコンで使える

**kakei+**

クラウド家計簿 | カケイプラス



## 友の会へあなたもどうぞ!

全国友の会は1930年、ジャーナリストで教育者の羽仁もと子を中心に『婦人之友』の読者がつくった団体です。よい家庭からよい社会をつくるため、共に学び励みつつ活動を行なっています。現在、日本全国から海外まで、会員は約15,000人、180友の会となっています。どなたでも入会できます。ホームページ <https://www.zentomo.jp/>