## 加西市男女共同参画事業「新しい自分へアップデートするセミナー」④




©しれっとゆう子さん製作委員会

### ➡「しれっとゆう子さん」カルタとは？

家事や育児の「見えない負担」やモヤモヤを、絵札と読み札でユーモアたっぷりにわかりやすく表現したカルタです。
「あるある」「わかる！」と笑いながら、相手の思いやりや役割分担について家族で自然に話し合えます。

---

## 講師のご紹介



### 野間 和美さん
（おうちじかん　Family Life Management代表）

結婚に伴うライフスタイルの変化をきっかけに、様々な働き方を経験した後、2015年より個人事業主として自治体や教育機関の講座への登壇、メディアへの出演など幅広く活躍中。性別や世代を問わず、仕事・家事・子育て・介護など多様な役割が求められるなか、QOL（生活の質）の向上を目指し、「Family Life Management（家庭のマネジメント）」を推進する講座や研修を開催している。

■資格（抜粋）

・時短家事コーディネーター®Expert、Basic認定講師
・整理収納アドバイザー１級、整理収納アドバイザ2級認定講師

右記二次元コード、もしくはお電話でお申込みください。

加西市まちづくり課
☎0790-42-8706　（月～金：8:30~17:15）
✉machi@city.kasai.lg.jp